

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-09		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Dżem 40g , Ser biały półtłusty 40g (MLE), arbus 150g ,	Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmianna) 400g (GLU, SEL), Ryba miruna panierowana smażona 90g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki gotwane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Polędwica Ani drobiowa 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Rzodkiewka drobno tarta 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2061.52 kcal; Energia: 8246.69 kJ; Białko ogółem: 65.63 g; białko zwierzęce: 22.02 g; białko roślinne: 28.67 g; Tłuszcz: 73.32 g; Węglowodany ogółem: 315.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.83 g; Sód: 2112.71 mg; Potas: 4113.21 mg; Wapń: 210.78 mg; Fosfor: 1208.15 mg; Błonnik pokarmowy: 34.28 g; suma cukrów prostych: 59.35 g; Woda: 947.07 g; Popiół: 15.24 g;		
piątek 2024-08-09		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Dżem 80g , arbus 150g ,	Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmianna) 400g (GLU, SEL), Ryba miruna duszona z pieca 80g (RYB), Sos grecki (włoszcz, kon.pom, olej) 100g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Polędwica Ani drobiowa 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Pomidory 30g , Sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1981.56 kcal; Energia: 7815.38 kJ; Białko ogółem: 49.32 g; białko zwierzęce: 11.21 g; białko roślinne: 27.60 g; Tłuszcz: 66.22 g; Węglowodany ogółem: 324.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.50 g; Sód: 1854.48 mg; Potas: 3984.42 mg; Wapń: 144.23 mg; Fosfor: 1041.33 mg; Błonnik pokarmowy: 32.11 g; suma cukrów prostych: 78.85 g; Woda: 872.33 g; Popiół: 13.88 g;		
piątek 2024-08-09		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , filet z łosia 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ), Ser żółty 20g (MLE), Pomidory 30g ,	Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmianna) 400g (GLU, SEL), Ryba miruna panierowana smażona 90g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki gotwane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Polędwica Ani drobiowa 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Rzodkiewka drobno tarta 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2051.82 kcal; Energia: 8069.54 kJ; Białko ogółem: 71.83 g; białko zwierzęce: 20.32 g; białko roślinne: 32.57 g; Tłuszcz: 76.59 g; Węglowodany ogółem: 295.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.52 g; Sód: 2229.51 mg; Potas: 3831.76 mg; Wapń: 318.43 mg; Fosfor: 1165.85 mg; Błonnik pokarmowy: 30.02 g; suma cukrów prostych: 48.07 g; Woda: 809.78 g; Popiół: 15.13 g;		