

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-09-26 Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Ser żółty 20g (MLE), Papryka czerwona 30g,	Zupa dyniowa z zacierką pszenną zabieleną śmietaną (włoszcz, dynia, zacierka, śmietana) 400g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Podudzie z kurczaka z pieca 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 100g, Kompot owocowy 200ml 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Sałatka z makaronu i wędlin z pomidorem i koperkiem 150g (MLE, GLU, JAJ, SOJ), ogórki konserwowe 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2245.89 kcal; Energia: 7951.13 kJ; Białko ogółem: 84.67 g; białko zwierzęce: 13.52 g; białko roślinne: 33.09 g; Tłuszcz: 98.32 g; Węglowodany ogółem: 282.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.79 g; Sód: 3231.80 mg; Potas: 3300.19 mg; Wapń: 351.38 mg; Fosfor: 1033.42 mg; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; suma cukrów prostych: 22.29 g; Woda: 715.64 g; Popiół: 15.20 g;		
czwartek 2024-09-26 Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Mini marchew z prażonym słonecznikiem 50g,	Zupa dyniowa z zacierką pszenną zabieleną śmietaną (włoszcz, dynia, zacierka, śmietana) 400g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Bitka drobiowa w sosie własnym 80g/80g 160g (GLU), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Warzywa na parze 100g,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Sałatka z makaronu i wędlin z pomidorem i koperkiem 150g (MLE, GLU, JAJ, SOJ), Ser biały półtłusty 40g (MLE), Jabłko pieczone 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 2096.76 kcal; Energia: 8011.26 kJ; Białko ogółem: 86.65 g; białko zwierzęce: 39.07 g; białko roślinne: 32.96 g; Tłuszcz: 75.57 g; Węglowodany ogółem: 293.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.62 g; Sód: 2712.32 mg; Potas: 3533.09 mg; Wapń: 180.08 mg; Fosfor: 1263.29 mg; Błonnik pokarmowy: 30.57 g; suma cukrów prostych: 13.09 g; Woda: 768.52 g; Popiół: 13.76 g;		
czwartek 2024-09-26 Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Papryka czerwona 30g,	Zupa dyniowa z zacierką pszenną zabieleną śmietaną (włoszcz, dynia, zacierka, śmietana) 400g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Podudzie z kurczaka z pieca 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw. i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szynek 40g (SEL, GOR), Ser topiony 25g (MLE, GLU), ogórki konserwowe 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2127.08 kcal; Energia: 6950.00 kJ; Białko ogółem: 89.60 g; białko zwierzęce: 14.43 g; białko roślinne: 31.53 g; Tłuszcz: 76.67 g; Węglowodany ogółem: 222.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.30 g; Sód: 2762.02 mg; Potas: 3081.09 mg; Wapń: 253.38 mg; Fosfor: 993.44 mg; Błonnik pokarmowy: 25.54 g; suma cukrów prostych: 10.09 g; Woda: 706.54 g; Popiół: 12.44 g;		

Dietetyk