

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-14 Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, paszтет INDYKPOL drobiowy 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ser topiony 50g (MLE, GLU), Pomidory 30g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami (włoszcz, ogórki kon, śmietana) 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Makaron z sosem pieczarkowym 300g (MLE, GLU, JAJ), Surówka colesław z kapusty białej z olejem 100g (JAJ, GOR), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw. i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Jajo gotowane 1szt (JAJ), Ogonówka 20g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Pikle 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2661.41 kcal; Energia: 10539.89 kJ; Białko ogółem: 75.92 g; białko zwierzęce: 35.47 g; białko roślinne: 36.72 g; Tłuszcz: 136.71 g; Węglowodany ogółem: 298.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.57 g; Sód: 2223.14 mg; Potas: 2530.74 mg; Wapń: 483.67 mg; Fosfor: 1441.92 mg; Błonnik pokarmowy: 31.00 g; suma cukrów prostych: 31.97 g; Woda: 650.25 g; Popiół: 13.02 g;		
poniedziałek 2024-10-14 Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Twarożek z ziołami 80g (MLE), Jabłka 150g,	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz, cukinia, śmietana, mleko) 400ml (MLE, GLU, SEL), Makaron z serem 300g (MLE, GLU, JAJ), Surówka z marchewki drobno tartej z jabłkiem na wino 100g, Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw. i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Pasta mięsno-warzywna (mięso drobiowe, warzywa gotowane) 80g (SEL), Sałata 30g,
Wartości odżywcze: Energia: 1842.83 kcal; Energia: 6959.38 kJ; Białko ogółem: 70.73 g; białko zwierzęce: 41.65 g; białko roślinne: 28.25 g; Tłuszcz: 54.87 g; Węglowodany ogółem: 281.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.52 g; Sód: 1530.19 mg; Potas: 2355.75 mg; Wapń: 342.29 mg; Fosfor: 1050.70 mg; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; suma cukrów prostych: 47.72 g; Woda: 680.89 g; Popiół: 9.93 g;		
poniedziałek 2024-10-14 Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, paszтет INDYKPOL drobiowy 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ser topiony 20g (MLE, GLU), Pomidory 30g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami (włoszcz, ogórki kon, śmietana) 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Makaron z sosem pieczarkowym 300g (MLE, GLU, JAJ), Surówka colesław z kapusty białej z olejem 100g (JAJ, GOR), Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 80g, Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw. i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Jajo gotowane 1szt (JAJ), Ogonówka 20g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Pikle 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2727.81 kcal; Energia: 10812.87 kJ; Białko ogółem: 78.30 g; białko zwierzęce: 31.62 g; białko roślinne: 42.95 g; Tłuszcz: 140.80 g; Węglowodany ogółem: 301.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.68 g; Sód: 1934.14 mg; Potas: 2615.37 mg; Wapń: 406.39 mg; Fosfor: 1250.44 mg; Błonnik pokarmowy: 29.13 g; suma cukrów prostych: 32.04 g; Woda: 713.66 g; Popiół: 12.59 g;		

Dietetyk