

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-17		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, kielbasa szynkowa wędzona 50g (MLE, DWU, GOR), Ogórek zielony 30g, Rzodkiewka drobno tarta 50g,	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleniną (włoszcz, kon. pom, ryż, śmietana). 400ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 80g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty pekińskiej z porem i olejem rzepakowym 80g, Kompot wielowocowy 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ogórki kiszzone 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2022.32 kcal; Energia: 8002.06 kJ; Białko ogółem: 68.25 g; białko zwierzęce: 9.01 g; białko roślinne: 29.48 g; Tłuszcz: 74.32 g; Węglowodany ogółem: 298.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.88 g; Sód: 2342.44 mg; Potas: 3367.60 mg; Wapń: 209.28 mg; Fosfor: 932.94 mg; Błonnik pokarmowy: 32.30 g; suma cukrów prostych: 50.65 g; Woda: 747.65 g; Popiół: 14.20 g;		
czwartek 2024-10-17		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, kielbasa szynkowa wędzona 50g (MLE, DWU, GOR), banan 200g,	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleniną (włoszcz, kon. pom, ryż, śmietana). 400ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 80g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z marchwi drobno tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy(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: 2023.09 kcal; Energia: 7742.90 kJ; Białko ogółem: 66.87 g; białko zwierzęce: 9.01 g; białko roślinne: 30.94 g; Tłuszcz: 65.58 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.15 g; Sód: 2004.09 mg; Potas: 4138.08 mg; Wapń: 202.20 mg; Fosfor: 952.40 mg; Błonnik pokarmowy: 35.98 g; suma cukrów prostych: 55.27 g; Woda: 815.71 g; Popiół: 14.11 g;		
czwartek 2024-10-17		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, kielbasa szynkowa wędzona 40g (MLE, DWU, GOR), Ser topiony 50g (MLE, GLU), Rzodkiewka drobno tarta 50g,	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleniną (włoszcz, kon. pom, ryż, śmietana). 400ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 80g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty pekińskiej z porem i olejem rzepakowym 80g, Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Szynka konserwowa z kurczakiem 40g (MLE, GLU, SOJ, GOR), Ogórki kiszzone 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2043.32 kcal; Energia: 7899.11 kJ; Białko ogółem: 77.45 g; białko zwierzęce: 15.96 g; białko roślinne: 33.83 g; Tłuszcz: 83.31 g; Węglowodany ogółem: 270.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.00 g; Sód: 2713.34 mg; Potas: 3211.45 mg; Wapń: 380.93 mg; Fosfor: 1169.74 mg; Błonnik pokarmowy: 27.96 g; suma cukrów prostych: 28.53 g; Woda: 742.46 g; Popiół: 15.47 g;		

Dietetyk

.....