Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-22	**Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (***MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), sałatka szwedzka 30g , papryka świeża 30g ,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400ml (***GLU, SEL, ROŚ, GOR***), Ryż na sypko 200g , Strogonow (mięso wieprz.fasolka szaragowa zielona, pieczarki, papryka, og.kiszony) 200g (***GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR***), Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , kiełbasa szynkowa wędzona 50g (***MLE, DWU, GOR***), Pomidory 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2069.15 kcal; Energia: 7912.96 kJ; Białko ogółem: 69.51 g; białko zwierzęce: 14.41 g; białko roślinne: 26.33 g; Tłuszcz: 91.42 g; Węglowodany ogółem: 267.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.34 g; Sód: 4095.24 mg; Potas: 2360.33 mg; Wapń: 138.47 mg; Fosfor: 855.27 mg; Błonnik pokarmowy: 27.73 g; suma cukrów prostych: 27.02 g; Woda: 474.46 g; Popiół: 15.93 g;		
wtorek 2024-10-22	**Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 10g (***MLE***), Pasta z twarogu z koperkiem 80g (***MLE***), Jabłko pieczone 150g ,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400ml (***GLU, SEL, ROŚ, GOR***), Potrawka drobiowa z warzywami i ryżem 300g (***MLE, GLU, SEL***), Sałatka z buraczków z olejem 80g , Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 10g (***MLE***), herbata 200ml , Polędwica drobiowa 50g (***GLU, SEL, SOJ, GOR***), Pomidor świeży 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1940.83 kcal; Energia: 4408.71 kJ; Białko ogółem: 91.77 g; białko zwierzęce: 99.08 g; białko roślinne: 18.45 g; Tłuszcz: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 207.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.38 g; Sód: 3206.15 mg; Potas: 2110.53 mg; Wapń: 182.81 mg; Fosfor: 836.25 mg; Błonnik pokarmowy: 26.33 g; suma cukrów prostych: 33.15 g; Woda: 541.56 g; Popiół: 12.03 g;		
wtorek 2024-10-22	**Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA**	
chleb graham. 100g (***GLU***), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (***MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), sałatka szwedzka 30g ,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400ml (***GLU, SEL, ROŚ, GOR***), Strogonow (mięso wieprz.fasolka szaragowa zielona, pieczarki, papryka, og.kiszony) 200g (***GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR***), Ryż na sypko 200g , Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,	chleb graham. 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Ser topiony 25g (***MLE, GLU***), kiełbasa szynkowa wędzona 50g (***MLE, DWU, GOR***), Pomidor świeży 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2093.85 kcal; Energia: 8015.61 kJ; Białko ogółem: 80.80 g; białko zwierzęce: 27.34 g; białko roślinne: 29.90 g; Tłuszcz: 93.89 g; Węglowodany ogółem: 252.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.78 g; Sód: 4280.59 mg; Potas: 2234.18 mg; Wapń: 275.12 mg; Fosfor: 1055.97 mg; Błonnik pokarmowy: 23.16 g; suma cukrów prostych: 26.21 g; Woda: 504.94 g; Popiół: 16.82 g;		

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone