Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-11-14	**Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , kiełbasa 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 wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (***MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), Ogórki kiszone 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 2024-11-14	**Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , kiełbasa 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 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: 2048.09 kcal; Energia: 7742.90 kJ; Białko ogółem: 70.43 g; białko zwierzęce: 9.01 g; białko roślinne: 30.94 g; Tłuszcz: 66.78 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 2024-11-14	**Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA**	
chleb graham. 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , kiełbasa 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 wieloowocowy(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 kiszone 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

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone