

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-02		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), polędwica drobiowa 40g (SOJ), Ogórek zielony 30g ,	Zupa jesienna ziemniakami (cukinia, dynia, marchew, włoszczyzna) zabieleną śmietaną 400ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Fasolka po bretońsku z kielbasą 300g (MLE, GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), Sałatka z ogórka kwaszonego z cebulką i koperkiem 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynek 40g (SEL, GOR), Ser topiony 25g (MLE, GLU), Papryka konserwowa 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2044.58 kcal; Energia: 7009.17 kJ; Białko ogółem: 71.56 g; białko zwierzęce: 42.41 g; białko roślinne: 34.69 g; Tłuszcz: 89.37 g; Węglowodany ogółem: 236.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.36 g; Sód: 2396.11 mg; Potas: 2661.52 mg; Wapń: 332.47 mg; Fosfor: 1091.34 mg; Błonnik pokarmowy: 33.08 g; suma cukrów prostych: 26.89 g; Woda: 487.14 g; Popiół: 12.35 g;		
poniedziałek 2024-12-02		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), polędwica drobiowa 40g (SOJ), Pomidory 30g , Mus przecier owocowy jabł.banan.brzosk. 100g 1szt ,	Zupa jesienna ziemniakami (cukinia, dynia, marchew, włoszczyzna) zabieleną śmietaną 400ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kopytka z cukrem 250g (GLU, JAJ), Polewa owocowa z jogurtem 100g (MLE), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynek konserwowa z kurczakiem 40g (MLE, GLU, SOJ, GOR), Mini marchew z prażonym słonecznikiem 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1861.62 kcal; Energia: 6674.38 kJ; Białko ogółem: 55.23 g; białko zwierzęce: 4.30 g; białko roślinne: 27.07 g; Tłuszcz: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 312.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.80 g; Sód: 1424.57 mg; Potas: 2532.85 mg; Wapń: 233.25 mg; Fosfor: 790.51 mg; Błonnik pokarmowy: 27.10 g; suma cukrów prostych: 55.79 g; Woda: 524.88 g; Popiół: 9.45 g;		
poniedziałek 2024-12-02		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), polędwica drobiowa 40g (SOJ), pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ogórek zielony 30g ,	Zupa jesienna ziemniakami (cukinia, dynia, marchew, włoszczyzna) zabieleną śmietaną 400ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Fasolka po bretońsku z kielbasą 300g (MLE, GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), Sałatka z ogórka kwaszonego z cebulką i koperkiem 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynek 40g (SEL, GOR), Ser topiony 25g (MLE, GLU), Papryka konserwowa 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2020.08 kcal; Energia: 7462.40 kJ; Białko ogółem: 76.54 g; białko zwierzęce: 9.04 g; białko roślinne: 39.56 g; Tłuszcz: 89.46 g; Węglowodany ogółem: 254.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.43 g; Sód: 2350.91 mg; Potas: 2598.42 mg; Wapń: 333.57 mg; Fosfor: 1055.14 mg; Błonnik pokarmowy: 30.22 g; suma cukrów prostych: 44.40 g; Woda: 513.41 g; Popiół: 12.33 g;		

Dietetyk