

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-12-19		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szywna konserwowa wieprzowa 40g (GLU psz, SEL, SOJ, GOR), Ser żółty 20g (MLE), Papryka czerwona 30g,	Zupa dyniowa z zacierką pszenną zabieleną śmietaną (włoszcz, dynia, zacierka, śmietana) 400g (MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Podudzie z kurczaka z pieca 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 100g, Kompot owocowy 200ml 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Sałatka ryżowa z wędliną, brokułem, pomidorem i koperkiem 150g (MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ), ogórki konserwowe 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2200.93 kcal; Energia: 7832.73 kJ; Białko ogółem: 80.41 g; białko zwierzęce: 11.43 g; białko roślinne: 31.22 g; Tłuszcz: 94.30 g; Węglowodany ogółem: 285.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.25 g; Sód: 3211.48 mg; Potas: 3273.23 mg; Wapń: 344.84 mg; Fosfor: 1020.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.19 g; suma cukrów prostych: 22.31 g; Woda: 713.58 g; Popiół: 15.36 g;		
czwartek 2024-12-19		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szywna konserwowa wieprzowa 40g (GLU psz, SEL, SOJ, GOR), Mini marchew z prażonym słonecznikiem 50g,	Zupa dyniowa z zacierką pszenną zabieleną śmietaną (włoszcz, dynia, zacierka, śmietana) 400g (MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Bitka drobiowa w sosie własnym 80g/80g 160g (GLU psz), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Warzywa na parze 100g,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Sałatka ryżowa z wędliną, pomidorem i koperkiem 150g (MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ), Jabłko pieczone 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 1996.50 kcal; Energia: 7662.26 kJ; Białko ogółem: 74.55 g; białko zwierzęce: 29.50 g; białko roślinne: 30.73 g; Tłuszcz: 69.64 g; Węglowodany ogółem: 294.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.96 g; Sód: 2674.30 mg; Potas: 3453.23 mg; Wapń: 131.94 mg; Fosfor: 1158.93 mg; Błonnik pokarmowy: 30.58 g; suma cukrów prostych: 11.75 g; Woda: 738.56 g; Popiół: 13.53 g;		
czwartek 2024-12-19		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szywna konserwowa wieprzowa 40g (GLU psz, SEL, SOJ, GOR), paszтет INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Papryka czerwona 30g,	Zupa dyniowa z zacierką pszenną zabieleną śmietaną (włoszcz, dynia, zacierka, śmietana) 400g (MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Podudzie z kurczaka z pieca 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw. i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,	chleb graham. 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szywnówka 40g (SEL, GOR), Ser topiony 25g (MLE, GLU psz), ogórki konserwowe 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2127.08 kcal; Energia: 6950.00 kJ; Białko ogółem: 89.60 g; białko zwierzęce: 14.43 g; białko roślinne: 31.53 g; Tłuszcz: 76.67 g; Węglowodany ogółem: 222.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.30 g; Sód: 2762.02 mg; Potas: 3081.09 mg; Wapń: 253.38 mg; Fosfor: 993.44 mg; Błonnik pokarmowy: 25.54 g; suma cukrów prostych: 10.09 g; Woda: 706.54 g; Popiół: 12.44 g;		

Dietetyk