

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-01-11Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Pasta z sera żółtego z papryką i szczypiorkiem 80g (<i>MLE, JAJ, GOR</i>), Pomidory 50g, Jogurt owocowy. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz,cukinia,śmietana,mleko) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Makaron w sosie myśliwskim(pieczarki, kielbasa śl, papryka kon. ogórek kiszony, cebula, kon.pom) 300g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Szynkowa kanapkowa 50g (<i>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), ogórki konserwowe 50g (<i>GOR</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2157.06 kcal; Energia: 7891.59 kJ; Białko ogółem: 62.76 g; białko zwierzęce: 11.45 g; białko roślinne: 30.30 g; Tłuszcz: 95.19 g; Węglowodany ogółem: 279.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.52 g; Sód: 2172.41 mg; Potas: 2083.88 mg; Wapń: 442.65 mg; Fosfor: 959.40 mg; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; suma cukrów prostych: 31.82 g; Woda: 518.41 g; Popiół: 11.11 g;		
sobota 2025-01-11Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Polędwica Ani drobiowa 50g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), Pomidor świeży 50g 50g, Jogurt owocowy. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz,cukinia,śmietana,mleko) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Makaron pszenny z mięsem wieprzowym i sosem bolognese 300g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Pasta z białek jaj z koperkiem 80g (<i>MLE, JAJ</i>), sok pomidorowy 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2468.00 kcal; Energia: 9379.89 kJ; Białko ogółem: 86.30 g; białko zwierzęce: 38.31 g; białko roślinne: 34.29 g; Tłuszcz: 110.69 g; Węglowodany ogółem: 300.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.21 g; Sód: 2451.88 mg; Potas: 3207.83 mg; Wapń: 291.72 mg; Fosfor: 1279.75 mg; Błonnik pokarmowy: 29.42 g; suma cukrów prostych: 28.64 g; Woda: 759.52 g; Popiół: 14.10 g;		
sobota 2025-01-11Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Pasta z sera żółtego z papryką i szczypiorkiem 80g (<i>MLE, JAJ, GOR</i>), szynka biała 20g (<i>SEL, GOR</i>), Pikle 30g (<i>GOR</i>), Jogurt naturalny 1g (<i>MLE</i>),	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz,cukinia,śmietana,mleko) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Makaron razowy w sosie myśliwskim(pieczarki, kielbasa śl, papryka kon. ogórek kiszony, cebula, kon.pom) 300g (<i>MLE, GLU psz, GLU żyt, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml,	chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Szynkowa kanapkowa 40g (<i>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), sok pomidorowy 200ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2096.46 kcal; Energia: 8026.57 kJ; Białko ogółem: 69.69 g; białko zwierzęce: 13.95 g; białko roślinne: 36.22 g; Tłuszcz: 94.80 g; Węglowodany ogółem: 263.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.14 g; Sód: 2512.79 mg; Potas: 2300.93 mg; Wapń: 534.90 mg; Fosfor: 1062.02 mg; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; suma cukrów prostych: 27.64 g; Woda: 630.27 g; Popiół: 12.62 g;		

Dietetyk