

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-01-14Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), sałatka szwedzka 30g (<i>GOR</i>), papryka świeża 30g ,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400ml (<i>GLU psz, SEL, ROŚ, GOR</i>), Ryż na sypko 200g , Strogonow (mięso wieprz.fasolka szaragowa zielona, pieczarki, papryka, og.kiszony) 200g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, ROŚ, GOR</i>), Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczką 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 , kielbasa szynkowa wędzona 50g (<i>MLE, DWU, GOR</i>), Kefir 150ml (<i>MLE</i>), Pomidory 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2154.40 kcal; Energia: 8283.51 kJ; Białko ogółem: 74.61 g; białko zwierzęce: 19.51 g; białko roślinne: 26.33 g; Tłuszcz: 94.44 g; Węglowodany ogółem: 276.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.13 g; Sód: 4152.24 mg; Potas: 2543.33 mg; Wapń: 577.97 mg; Fosfor: 966.27 mg; Błonnik pokarmowy: 27.73 g; suma cukrów prostych: 33.17 g; Woda: 608.41 g; Popiół: 16.83 g;		
wtorek 2025-01-14Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 10g (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu z koperkiem 80g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 150g ,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400ml (<i>GLU psz, SEL, ROŚ, GOR</i>), Potrawka drobiowa z warzywami i ryżem 300g (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Sałatka z buraczków z olejem 80g , Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczką czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 10g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Polędwica drobiowa 50g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Pomidor świeży 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1978.94 kcal; Energia: 5177.07 kJ; Białko ogółem: 81.26 g; białko zwierzęce: 89.12 g; białko roślinne: 20.03 g; Tłuszcz: 46.12 g; Węglowodany ogółem: 217.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.54 g; Sód: 3251.93 mg; Potas: 2416.80 mg; Wapń: 218.91 mg; Fosfor: 851.21 mg; Błonnik pokarmowy: 28.26 g; suma cukrów prostych: 40.47 g; Woda: 618.65 g; Popiół: 12.91 g;		
wtorek 2025-01-14Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), sałatka szwedzka 30g (<i>GOR</i>),	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400ml (<i>GLU psz, SEL, ROŚ, GOR</i>), Strogonow (mięso wieprz.fasolka szaragowa zielona, pieczarki, papryka, og.kiszony) 200g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, ROŚ, GOR</i>), Ryż na sypko 200g , Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczką 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 , Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), kielbasa szynkowa wędzona 50g (<i>MLE, DWU, GOR</i>), Pomidor świeży 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2105.20 kcal; Energia: 8078.96 kJ; Białko ogółem: 81.17 g; białko zwierzęce: 27.80 g; białko roślinne: 29.79 g; Tłuszcz: 94.01 g; Węglowodany ogółem: 254.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.85 g; Sód: 4281.64 mg; Potas: 2230.71 mg; Wapń: 275.05 mg; Fosfor: 1060.35 mg; Błonnik pokarmowy: 23.10 g; suma cukrów prostych: 26.28 g; Woda: 504.48 g; Popiół: 16.82 g;		

Dietetyk