

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-01-19Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Pomidory 30g ,	Rosół z zacierką 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Karkówka z pieca z cebulką 80g (<i>MIĘ</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty pekińskiej z porem 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Rzodkiewka drobno tarta 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2058.09 kcal; Energia: 8116.53 kJ; Białko ogółem: 68.88 g; białko zwierzęce: 22.54 g; białko roślinne: 27.97 g; Tłuszcz: 85.46 g; Węglowodany ogółem: 269.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.12 g; Sód: 3850.30 mg; Potas: 3327.37 mg; Wapń: 139.83 mg; Fosfor: 1011.19 mg; Błonnik pokarmowy: 29.47 g; suma cukrów prostych: 49.08 g; Woda: 675.41 g; Popiół: 13.05 g;		
niedziela 2025-01-19Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Filet królewski z indyka 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Pomidory 30g ,	Rosół z zacierką 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Schab duszony w sosie własnym 80/80 160g (<i>GLU psz</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Sałata z pomidorem i olejem rzepakowym 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Jajko faszerowane twarogiem 1 szt (<i>MLE, JAJ</i>), Jogurt owocowy. 1 szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2401.00 kcal; Energia: 9137.76 kJ; Białko ogółem: 91.61 g; białko zwierzęce: 50.84 g; białko roślinne: 28.52 g; Tłuszcz: 102.72 g; Węglowodany ogółem: 292.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.44 g; Sód: 2397.30 mg; Potas: 3620.16 mg; Wapń: 245.59 mg; Fosfor: 1364.87 mg; Błonnik pokarmowy: 29.80 g; suma cukrów prostych: 48.66 g; Woda: 753.17 g; Popiół: 15.24 g;		
niedziela 2025-01-19Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), Pomidory 30g ,	Rosół z zacierką 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Karkówka z pieca z cebulką 80g (<i>MIĘ</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty pekińskiej z porem 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Herbata b/cukru 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 60g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), jajo gotowane 1/2 szt 25g (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka drobno tarta 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2047.20 kcal; Energia: 8317.00 kJ; Białko ogółem: 76.20 g; białko zwierzęce: 29.08 g; białko roślinne: 33.59 g; Tłuszcz: 99.35 g; Węglowodany ogółem: 236.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.13 g; Sód: 4302.73 mg; Potas: 3402.42 mg; Wapń: 283.67 mg; Fosfor: 1243.38 mg; Błonnik pokarmowy: 26.98 g; suma cukrów prostych: 17.28 g; Woda: 799.19 g; Popiół: 15.43 g;		

Dietetyk