

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-27Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
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>), Kefir 150ml (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 30g ,	Zupa ziemniaczana z groszkiem i zieleciną (włoszcz, groszek, mleko) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL, GOR</i>), Łazanki pszenne z kapustą kiszoną i kielbasą 300g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Szynkówka 40g (<i>SEL, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), Papryka konserwowa 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2089.78 kcal; Energia: 7798.71 kJ; Białko ogółem: 66.67 g; białko zwierzęce: 54.01 g; białko roślinne: 28.35 g; Tłuszcz: 88.36 g; Węglowodany ogółem: 248.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.50 g; Sód: 2924.78 mg; Potas: 2361.34 mg; Wapń: 712.16 mg; Fosfor: 1084.54 mg; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; suma cukrów prostych: 33.66 g; Woda: 667.35 g; Popiół: 13.79 g;		
poniedziałek 2025-01-27Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , polędwica drobiowa 40g (<i>SOJ</i>), Kefir 150ml (<i>MLE</i>), Pomidory 30g ,	Zupa ziemniaczana z groszkiem i zieleciną (włoszcz, groszek, mleko) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL, GOR</i>), Pyzy drożdżowe 2szt 120g (<i>MLE, GLU psz, JAJ</i>), Mus owocowy z jogurtem naturalnym 150g (<i>MLE</i>), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Szynka konserwowa z kurczakiem 40g (<i>MLE, GLU psz, SOJ, GOR</i>), Mini marchew z prażonym słonecznikiem 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1792.20 kcal; Energia: 5705.69 kJ; Białko ogółem: 52.54 g; białko zwierzęce: 12.21 g; białko roślinne: 17.86 g; Tłuszcz: 59.19 g; Węglowodany ogółem: 283.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.74 g; Sód: 1456.03 mg; Potas: 1965.89 mg; Wapń: 592.15 mg; Fosfor: 765.51 mg; Błonnik pokarmowy: 24.27 g; suma cukrów prostych: 76.27 g; Woda: 515.14 g; Popiół: 8.80 g;		
poniedziałek 2025-01-27Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 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>), Kefir 150ml (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 30g ,	Zupa ziemniaczana z groszkiem i zieleciną (włoszcz, groszek, mleko) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL, GOR</i>), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Szynkówka 40g (<i>SEL, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), Papryka konserwowa 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2068.58 kcal; Energia: 8266.04 kJ; Białko ogółem: 71.66 g; białko zwierzęce: 20.64 g; białko roślinne: 33.22 g; Tłuszcz: 88.47 g; Węglowodany ogółem: 266.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.58 g; Sód: 2879.58 mg; Potas: 2298.24 mg; Wapń: 713.26 mg; Fosfor: 1048.34 mg; Błonnik pokarmowy: 25.18 g; suma cukrów prostych: 51.17 g; Woda: 693.62 g; Popiół: 13.77 g;		

Dietetyk