

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03		
Dieta: 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 60g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), Pomidory 30g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz,cukinia,śmietana,mleko) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Makaron z sosem pieczarkowym 300g (<i>MLE, GLU psz, JAJ</i>), Surówka colesław z kapusty białej z olejem 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Kompot wielowocowy(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>), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), Jajo gotowane 1 szt (<i>JAJ</i>), Kielbasa krakowska parzona 20g (<i>MIĘ, SEL, SOJ, GOR</i>), Pikle 30g (<i>GOR</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2691.01 kcal; Energia: 10432.57 kJ; Białko ogółem: 80.34 g; białko zwierzęce: 37.87 g; białko roślinne: 37.33 g; Tłuszcz: 135.54 g; Węglowodany ogółem: 304.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.29 g; Sód: 2102.15 mg; Potas: 2590.34 mg; Wapń: 406.42 mg; Fosfor: 1367.40 mg; Błonnik pokarmowy: 30.52 g; suma cukrów prostych: 25.76 g; Woda: 616.44 g; Popiół: 12.00 g;		
poniedziałek 2025-03-03		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , miód 75g, Jabłka 150g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz,cukinia,śmietana,mleko) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Makaron z serem 300g (<i>MLE, GLU psz, JAJ</i>), Surówka z marchewki drobno tartej z jabłkiem na wino 80g , Kompot wielowocowy(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>), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), Pasta mięsno-warzywna(mięso drobiowe,warzywa gotowane) 80g (<i>SEL</i>), Sałata 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2044.41 kcal; Energia: 7441.88 kJ; Białko ogółem: 63.18 g; białko zwierzęce: 28.67 g; białko roślinne: 27.95 g; Tłuszcz: 55.98 g; Węglowodany ogółem: 335.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.46 g; Sód: 1485.81 mg; Potas: 2232.17 mg; Wapń: 259.42 mg; Fosfor: 889.89 mg; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; suma cukrów prostych: 40.51 g; Woda: 617.33 g; Popiół: 9.31 g;		
poniedziałek 2025-03-03		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 60g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), Pomidory 30g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz,cukinia,śmietana,mleko) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Makaron razowy z pieczarkami 300g (<i>GLU żyt, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Surówka colesław z kapusty białej z olejem 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Kompot wielowocowy(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>), Kawa z mlekiem b/cukru 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), Jajo gotowane 1 szt (<i>JAJ</i>), Kielbasa krakowska parzona 20g (<i>MIĘ, SEL, SOJ, GOR</i>), Pikle 30g (<i>GOR</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2218.81 kcal; Energia: 8764.39 kJ; Białko ogółem: 77.05 g; białko zwierzęce: 39.81 g; białko roślinne: 36.05 g; Tłuszcz: 110.17 g; Węglowodany ogółem: 240.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.72 g; Sód: 2203.90 mg; Potas: 2437.24 mg; Wapń: 374.59 mg; Fosfor: 1302.70 mg; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; suma cukrów prostych: 17.29 g; Woda: 607.82 g; Popiół: 11.72 g;		

Dietetyk