

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-16Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Pomidory 30g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Karkówka z pieca z cebulką 80g (<i>ME</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty pekińskiej z porem 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 , pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), sałatka szwedzka 30g (<i>GOR</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2223.82 kcal; Energia: 8806.01 kJ; Białko ogółem: 76.66 g; białko zwierzęce: 29.08 g; białko roślinne: 29.09 g; Tłuszcz: 1002.48 g; Węglowodany ogółem: 283.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 558.56 g; Sód: 38939.71 mg; Potas: 6656.26 mg; Wapń: 32435.75 mg; Fosfor: 21595.96 mg; Błonnik pokarmowy: 28.77 g; suma cukrów prostych: 53.22 g; Woda: 2436.14 g; Popiół: 180.13 g;		
niedziela 2025-02-16Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , twaróg waniliowy 80g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 150g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Schab duszony w sosie własnym 80/80 160g (<i>GLU psz</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Sałatka z buraczków z olejem 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , szynka z indyka 50g , Mini marchew z prażonym słonecznikiem 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2359.45 kcal; Energia: 9452.64 kJ; Białko ogółem: 83.79 g; białko zwierzęce: 44.66 g; białko roślinne: 31.33 g; Tłuszcz: 96.54 g; Węglowodany ogółem: 318.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.73 g; Sód: 1932.74 mg; Potas: 4024.18 mg; Wapń: 283.77 mg; Fosfor: 1269.06 mg; Błonnik pokarmowy: 33.55 g; suma cukrów prostych: 67.38 g; Woda: 828.97 g; Popiół: 14.58 g;		
niedziela 2025-02-16Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Herbata b/cukru 200ml , polędwica sopocka 40g , Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Pomidory 30g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Karkówka z pieca z cebulką 80g (<i>ME</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty pekińskiej z porem i olejem rzepakowym 80g , 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 b/cukru 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 60g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), szynka z indyka 20g , sałatka szwedzka 30g (<i>GOR</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2007.23 kcal; Energia: 8010.95 kJ; Białko ogółem: 75.09 g; białko zwierzęce: 20.41 g; białko roślinne: 34.70 g; Tłuszcz: 95.18 g; Węglowodany ogółem: 235.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.17 g; Sód: 3371.00 mg; Potas: 3351.12 mg; Wapń: 345.69 mg; Fosfor: 1044.86 mg; Błonnik pokarmowy: 26.28 g; suma cukrów prostych: 7.21 g; Woda: 722.03 g; Popiół: 14.03 g;		

Dietetyk