

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-23		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , parówki cienkie drobiowo wieprzowe 2 szt 100g (<i>MLE, GLU psz, ORZ, SEL, SOJ, GOR</i>), kechup 20g (<i>GLU psz, SEL, GOR</i>), Pikle 30g (<i>GOR</i>),	Rosół z makaronem i zieleciną (włoszcz) 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Kotletschabowy panierowany smażony 80g (<i>GLU psz, JAJ</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka colesław z kapusty białej z olejem 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka 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 , schabowa kanapkowa 50g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC</i>), Pomidory 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2237.83 kcal; Energia: 7928.25 kJ; Białko ogółem: 80.45 g; białko zwierzęce: 22.49 g; białko roślinne: 30.39 g; Tłuszcz: 104.24 g; Węglowodany ogółem: 274.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.58 g; Sód: 2385.46 mg; Potas: 3586.88 mg; Wapń: 199.40 mg; Fosfor: 1037.90 mg; Błonnik pokarmowy: 32.28 g; suma cukrów prostych: 28.39 g; Woda: 652.81 g; Popiół: 14.16 g;		
niedziela 2025-02-23		
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 , Jabłko pieczone 150g , Jogurt owocowy. 1szt (<i>MLE</i>),	Rosół z makaronem i zieleciną (włoszcz) 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Podudzie z kurczaka duszone 80g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Marchew z groszkiem na ciepło, na maśle roślinnym 80g (<i>GLU psz</i>), Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka 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 , schabowa kanapkowa 50g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC</i>), Pomidor świeży 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2107.00 kcal; Energia: 7178.93 kJ; Białko ogółem: 70.32 g; białko zwierzęce: 0.79 g; białko roślinne: 27.11 g; Tłuszcz: 58.59 g; Węglowodany ogółem: 341.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.60 g; Sód: 2443.82 mg; Potas: 3021.02 mg; Wapń: 124.91 mg; Fosfor: 773.08 mg; Błonnik pokarmowy: 31.53 g; suma cukrów prostych: 35.39 g; Woda: 672.26 g; Popiół: 12.96 g;		
niedziela 2025-02-23		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , parówki cienkie drobiowo wieprzowe 2 szt 100g (<i>MLE, GLU psz, ORZ, SEL, SOJ, GOR</i>), kechup 20g (<i>GLU psz, SEL, GOR</i>), Pikle 30g (<i>GOR</i>),	Rosół z makaronem i zieleciną (włoszcz) 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Kotletschabowy panierowany smażony 80g (<i>GLU psz, JAJ</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka colesław z kapusty białej z olejem 80g (<i>JAJ, GOR</i>), 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 200ml , schabowa kanapkowa 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), Pomidory 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2318.13 kcal; Energia: 8261.60 kJ; Białko ogółem: 86.82 g; białko zwierzęce: 26.07 g; białko roślinne: 34.99 g; Tłuszcz: 110.75 g; Węglowodany ogółem: 269.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.68 g; Sód: 2549.71 mg; Potas: 3469.13 mg; Wapń: 285.15 mg; Fosfor: 1138.40 mg; Błonnik pokarmowy: 28.28 g; suma cukrów prostych: 26.04 g; Woda: 666.96 g; Popiół: 14.79 g;		

Dietetyk