

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Czarny Bór                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                  | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| poniedziałek 2025-02-24Dieta: 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 40g ( <i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i> ), polędwica drobiowa 40g ( <i>SOJ</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> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i> ), Szynka konserwowa wieprzowa 40g ( <i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i> ), Ser topiony 25g ( <i>MLE, GLU psz</i> ), Papryka konserwowa 30g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1968.68 kcal; Energia: 6864.72 kJ; Białko ogółem: 66.98 g; białko zwierzęce: 49.15 g; białko roślinne: 28.37 g; Tłuszcz: 79.33 g; Węglowodany ogółem: 238.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.33 g; Sód: 2867.71 mg; Potas: 2199.72 mg; Wapń: 273.41 mg; Fosfor: 984.62 mg; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; suma cukrów prostych: 22.52 g; Woda: 545.17 g; Popiół: 12.94 g; |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| poniedziałek 2025-02-24Dieta: 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> ), 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> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i> ), Szynka konserwowa wieprzowa 40g ( <i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i> ), Włoszczyzna słupki na parze 50g ( <i>SEL</i> ),                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1785.81 kcal; Energia: 5433.90 kJ; Białko ogółem: 52.82 g; białko zwierzęce: 7.33 g; białko roślinne: 19.31 g; Tłuszcz: 58.02 g; Węglowodany ogółem: 284.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.04 g; Sód: 1836.16 mg; Potas: 1841.72 mg; Wapń: 176.75 mg; Fosfor: 700.29 mg; Błonnik pokarmowy: 23.92 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Woda: 400.97 g; Popiół: 8.08 g;  |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| poniedziałek 2025-02-24Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| chleb graham. 100g ( <i>GLU psz, GLU żyt</i> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <i>MLE</i> ), herbata 200ml , polędwica drobiowa 40g ( <i>SOJ</i> ), pasztet INDYKPOL drobiowy 40g ( <i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</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> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 200ml ( <i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i> ), Szynka konserwowa wieprzowa 40g ( <i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i> ), Ser topiony 25g ( <i>MLE, GLU psz</i> ), Papryka konserwowa 30g ,        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1998.28 kcal; Energia: 7319.05 kJ; Białko ogółem: 72.08 g; białko zwierzęce: 10.20 g; białko roślinne: 33.24 g; Tłuszcz: 85.25 g; Węglowodany ogółem: 257.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.97 g; Sód: 2804.21 mg; Potas: 2045.12 mg; Wapń: 271.51 mg; Fosfor: 892.32 mg; Błonnik pokarmowy: 25.18 g; suma cukrów prostych: 40.03 g; Woda: 550.08 g; Popiół: 12.65 g; |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

Dietetyk