Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-25	**Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU psz, GLU żyt***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80g (***MLE***), Pomidor świeży 30g ,	Zupa grysikowa z zielonym groszkiem i pietruszką (włoszcz, kasza manna, groszek) 400ml (***GLU psz, SEL***), Pulpet drobiowo wieprzowy w sosie pomidorowym 180g (***MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 100g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU psz, GLU żyt***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Kiełbasa żywiecka 40g (***GLU psz, SEL***), Fasolka szparagowa z bułką tartą 80g (***GLU psz, ROŚ***),
Wartości odżywcze: Energia: 2195.39 kcal; Energia: 8340.41 kJ; Białko ogółem: 75.14 g; białko zwierzęce: 20.03 g; białko roślinne: 36.65 g; Tłuszcz: 89.32 g; Węglowodany ogółem: 307.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.38 g; Sód: 2186.29 mg; Potas: 3660.12 mg; Wapń: 309.15 mg; Fosfor: 1153.70 mg; Błonnik pokarmowy: 38.30 g; suma cukrów prostych: 53.92 g; Woda: 798.81 g; Popiół: 14.28 g;		
wtorek 2025-02-25	**Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU psz, GLU żyt***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Ser biały półtłusty 60g (***MLE***), miód 25g , Pomidor świeży 30g ,	Zupa grysikowa z zielonym groszkiem i pietruszką (włoszcz, kasza manna, groszek) 400ml (***GLU psz, SEL***), Pulpet drobiowo wieprzowy w sosie pomidorowym 180g (***MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Sałatka z buraczków z olejem 100g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU psz, GLU żyt***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Kiełbasa żywiecka 40g (***GLU psz, SEL***), Marchew talarki z prażonym słonecznikiem 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2201.17 kcal; Energia: 7857.10 kJ; Białko ogółem: 69.51 g; białko zwierzęce: 33.20 g; białko roślinne: 30.18 g; Tłuszcz: 85.04 g; Węglowodany ogółem: 302.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.07 g; Sód: 1942.61 mg; Potas: 3476.88 mg; Wapń: 240.19 mg; Fosfor: 999.58 mg; Błonnik pokarmowy: 31.83 g; suma cukrów prostych: 49.19 g; Woda: 717.03 g; Popiół: 13.18 g;		
wtorek 2025-02-25	**Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA**	
chleb graham. 100g (***GLU psz, GLU żyt***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80g (***MLE***), Pomidory 30g , Jabłka 150g ,	Zupa grysikowa z zielonym groszkiem i pietruszką (włoszcz, kasza manna, groszek) 400ml (***GLU psz, SEL***), Pulpet drobiowo wieprzowy w sosie pomidorowym 180g (***MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 100g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (***GLU psz, GLU żyt***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , jajo gotowane 1/2 szt 25g (***JAJ***), Kiełbasa żywiecka 40g (***GLU psz, SEL***), Fasolka szparagowa z bułką tartą 80g (***GLU psz, ROŚ***),
Wartości odżywcze: Energia: 2349.89 kcal; Energia: 8984.91 kJ; Białko ogółem: 86.79 g; białko zwierzęce: 26.48 g; białko roślinne: 41.85 g; Tłuszcz: 94.77 g; Węglowodany ogółem: 320.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.00 g; Sód: 2213.79 mg; Potas: 3799.62 mg; Wapń: 332.65 mg; Fosfor: 1225.20 mg; Błonnik pokarmowy: 37.30 g; suma cukrów prostych: 55.97 g; Woda: 967.51 g; Popiół: 15.03 g;		

Dietetyk

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone