

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-02-09		
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>), sałatka szwedzka 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 gotwane z koperkiem 300g , Surówka colesław z kapusty pekińskiej z olejem 100g (<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 , Ser biały półtłusty 80g (<i>MLE</i>), Pomidory 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2312.28 kcal; Energia: 8272.64 kJ; Białko ogółem: 86.41 g; białko zwierzęce: 37.47 g; białko roślinne: 30.38 g; Tłuszcz: 481.71 g; Węglowodany ogółem: 568.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 231.99 g; Sód: 5917.92 mg; Potas: 12619.76 mg; Wapń: 7714.68 mg; Fosfor: 19210.44 mg; Błonnik pokarmowy: 32.46 g; suma cukrów prostych: 284.71 g; Woda: 6445.10 g; Popiół: 78.44 g;		
niedziela 2025-02-09		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 10g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Szyńka śniadaniowa z pierśią 50g (<i>SEL, GOR</i>), Pomidor świeży 30g ,	Rosół z makaronem i zieleciną (włoszcz) 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Podudzie z kurczaka duszone 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z marchewki drobno tartej z jabłkiem na winno 100g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 10g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Ser biały półtłusty 80g (<i>MLE</i>), Włoszczyna słupki na parze 100g (<i>SEL</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2057.20 kcal; Energia: 4408.02 kJ; Białko ogółem: 94.27 g; białko zwierzęce: 108.80 g; białko roślinne: 18.65 g; Tłuszcz: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 195.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.87 g; Sód: 1469.32 mg; Potas: 1382.43 mg; Wapń: 205.29 mg; Fosfor: 721.86 mg; Błonnik pokarmowy: 26.08 g; suma cukrów prostych: 42.37 g; Woda: 368.76 g; Popiół: 7.10 g;		
niedziela 2025-02-09		
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>), sałatka szwedzka 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 gotwane z koperkiem 300g , Surówka colesław z kapusty pekińskiej z olejem 100g (<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 , Szyńka śniadaniowa z pierśią 40g (<i>SEL, GOR</i>), Ser biały półtłusty 40g (<i>MLE</i>), Pomidory 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2313.48 kcal; Energia: 8275.84 kJ; Białko ogółem: 88.53 g; białko zwierzęce: 30.19 g; białko roślinne: 34.98 g; Tłuszcz: 109.35 g; Węglowodany ogółem: 269.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.53 g; Sód: 2369.52 mg; Potas: 3496.96 mg; Wapń: 226.28 mg; Fosfor: 1097.24 mg; Błonnik pokarmowy: 28.46 g; suma cukrów prostych: 27.39 g; Woda: 706.34 g; Popiół: 14.56 g;		

Dietetyk