

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-04-01Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
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>), Twarożek ze szczypiorem 80g (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 30g ,	Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmenna) 400g (<i>GLU jęcz, SEL</i>), Pulpet mielony drobiowy gotowany w sosie koperkowym 80/100 180g (<i>GLU psz, JAJ</i>), Surówka colesław z kapusty białej z olejem rzepakowym 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Kompot wielowocowy(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 , Pasta z ryby gotowanej z warzywami 80g (<i>GLU psz, SEL, RYB, SOJ, GOR</i>), Cukinia duszona z pieca 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2119.79 kcal; Energia: 8230.15 kJ; Białko ogółem: 66.66 g; białko zwierzęce: 17.15 g; białko roślinne: 31.09 g; Tłuszcz: 83.38 g; Węglowodany ogółem: 306.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.99 g; Sód: 2137.01 mg; Potas: 3947.71 mg; Wapń: 291.79 mg; Fosfor: 1131.14 mg; Błonnik pokarmowy: 34.44 g; suma cukrów prostych: 47.73 g; Woda: 868.31 g; Popiół: 14.75 g;		
wtorek 2025-04-01Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
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>), Dżem 80g , Jogurt owocowy. 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmenna) 400g (<i>GLU jęcz, SEL</i>), Pulpet mielony drobiowy gotowany w sosie koperkowym 80/100 180g (<i>GLU psz, JAJ</i>), Surówka z marchewki drobno tartej z jabłkiem na winno 80g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Kompot wielowocowy(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 , Pasta z ryby gotowanej z warzywami 80g (<i>GLU psz, SEL, RYB, SOJ, GOR</i>), Pomidory 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2242.94 kcal; Energia: 8228.86 kJ; Białko ogółem: 54.95 g; białko zwierzęce: 1.94 g; białko roślinne: 30.19 g; Tłuszcz: 72.36 g; Węglowodany ogółem: 372.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.96 g; Sód: 1911.20 mg; Potas: 3889.85 mg; Wapń: 186.49 mg; Fosfor: 929.01 mg; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; suma cukrów prostych: 95.03 g; Woda: 812.77 g; Popiół: 13.40 g;		
wtorek 2025-04-01Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
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>), Połędwica Ani drobiowa 20g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), Twarożek ze szczypiorem 60g (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 30g ,	Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmenna) 400g (<i>GLU jęcz, SEL</i>), Pulpet mielony drobiowy gotowany w sosie koperkowym 80/100 180g (<i>GLU psz, JAJ</i>), Surówka colesław z kapusty białej z olejem rzepakowym 80g (<i>JAJ, GOR</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Kompot wielowocowy(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 , Pasta z ryby gotowanej z warzywami 80g (<i>GLU psz, SEL, RYB, SOJ, GOR</i>), Cukinia duszona z pieca 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2168.08 kcal; Energia: 8052.30 kJ; Białko ogółem: 72.94 g; białko zwierzęce: 12.89 g; białko roślinne: 35.68 g; Tłuszcz: 86.42 g; Węglowodany ogółem: 301.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.24 g; Sód: 2072.59 mg; Potas: 3766.42 mg; Wapń: 241.20 mg; Fosfor: 1023.34 mg; Błonnik pokarmowy: 30.43 g; suma cukrów prostych: 38.46 g; Woda: 835.14 g; Popiół: 14.23 g;		

Dietetyk

.....