Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-11	**Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU psz, GLU żyt***), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (***MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), rzodkiew biała 30g , papryka świeża 30g ,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400ml (***GLU psz, JAJ, SEL, ROŚ, GOR***), Strogonow (mięso wieprz.fasolka szaragowa zielona, pieczarki, papryka, og.kiszony) 200g (***GLU psz, SEL, SOJ, ROŚ, GOR***), Ryż na sypko 200g , Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU psz, GLU żyt***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , kiełbasa szynkowa wędzona 50g (***MLE, DWU, GOR***), sałatka szwedzka 30g (***GOR***),
Wartości odżywcze: Energia: 2176.80 kcal; Energia: 8380.81 kJ; Białko ogółem: 70.79 g; białko zwierzęce: 14.90 g; białko roślinne: 27.11 g; Tłuszcz: 92.20 g; Węglowodany ogółem: 289.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.53 g; Sód: 4092.09 mg; Potas: 1710.53 mg; Wapń: 149.72 mg; Fosfor: 816.72 mg; Błonnik pokarmowy: 27.03 g; suma cukrów prostych: 46.47 g; Woda: 342.96 g; Popiół: 14.75 g;		
wtorek 2025-03-11	**Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU psz, GLU żyt***), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 10g (***MLE***), Pasta z twarogu z koperkiem 80g (***MLE***), Pomidor świeży 50g 50g ,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400ml (***GLU psz, JAJ, SEL, ROŚ, GOR***), Potrawka drobiowa z warzywami i ryżem 300g (***MLE, GLU psz, SEL***), Sałatka z buraczków z olejem 80g , Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU psz, GLU żyt***), Beskidzki miks maślany 10g (***MLE***), herbata 200ml , Polędwica drobiowa 50g (***GLU psz, SEL, SOJ, GOR***), Sałata 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2047.44 kcal; Energia: 5463.83 kJ; Białko ogółem: 83.55 g; białko zwierzęce: 89.61 g; białko roślinne: 21.83 g; Tłuszcz: 46.51 g; Węglowodany ogółem: 227.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.71 g; Sód: 3246.24 mg; Potas: 1682.44 mg; Wapń: 225.94 mg; Fosfor: 815.38 mg; Błonnik pokarmowy: 24.78 g; suma cukrów prostych: 55.25 g; Woda: 409.14 g; Popiół: 11.67 g;		
wtorek 2025-03-11	**Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA**	
chleb graham. 100g (***GLU psz, GLU żyt***), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (***MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), Papryka czerwona 30g ,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400ml (***GLU psz, JAJ, SEL, ROŚ, GOR***), Strogonow (mięso wieprz.fasolka szaragowa zielona, pieczarki, papryka, og.kiszony) 200g (***GLU psz, SEL, SOJ, ROŚ, GOR***), Ryż na sypko 200g , Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,	chleb graham. 100g (***GLU psz, GLU żyt***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , kiełbasa szynkowa wędzona 40g (***MLE, DWU, GOR***), Ser topiony 25g (***MLE, GLU psz***), sałatka szwedzka 30g (***GOR***),
Wartości odżywcze: Energia: 2194.40 kcal; Energia: 8453.66 kJ; Białko ogółem: 81.21 g; białko zwierzęce: 28.29 g; białko roślinne: 30.64 g; Tłuszcz: 94.44 g; Węglowodany ogółem: 273.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.04 g; Sód: 4274.29 mg; Potas: 1573.41 mg; Wapń: 278.20 mg; Fosfor: 1020.90 mg; Błonnik pokarmowy: 21.95 g; suma cukrów prostych: 45.62 g; Woda: 373.38 g; Popiół: 15.61 g;		

Dietetyk

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone