

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-24		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (MLE , GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt), pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (MLE, JAJ, SEL , SOJ, GOR), Ogórek zielony 30g , Jabłka 150g ,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml (MLE , GLU psz, SEL, SOJ, GOR), Łazanki pszenne z kapustą kiszoną i kielbasą 300g (MLE, GLU psz , JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Jajo gotowane 1szt (JAJ), Pomidor świeży 50g 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2097.38 kcal; Energia: 8167.81 kJ; Białko ogółem: 69.10 g; białko zwierzęce: 14.84 g; białko roślinne: 30.75 g; Tłuszcz: 86.57 g; Węglowodany ogółem: 288.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.49 g; Sód: 2268.92 mg; Potas: 2690.81 mg; Wapń: 278.19 mg; Fosfor: 962.74 mg; Błonnik pokarmowy: 32.66 g; suma cukrów prostych: 48.00 g; Woda: 765.40 g; Popiół: 13.79 g;		
poniedziałek 2025-03-24		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (MLE , GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt), polędwica drobiowa 40g (SOJ), Pomidory 30g , Mus przecier owocowy jabł.banan.brzosk. 100g 1szt ,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml (MLE , GLU psz, SEL, SOJ, GOR), Makaron z serem 300g (MLE, GLU psz, JAJ), Polewa jogurtowo owocowa 150g (MLE), Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Jajko faszerowane twarogiem 1szt (MLE, JAJ), Włoszczyzna słupki na parze 50g (SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2175.60 kcal; Energia: 8688.46 kJ; Białko ogółem: 83.11 g; białko zwierzęce: 41.86 g; białko roślinne: 28.19 g; Tłuszcz: 61.00 g; Węglowodany ogółem: 345.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.12 g; Sód: 1677.17 mg; Potas: 2547.70 mg; Wapń: 579.17 mg; Fosfor: 1349.48 mg; Błonnik pokarmowy: 27.05 g; suma cukrów prostych: 111.06 g; Woda: 670.06 g; Popiół: 11.80 g;		
poniedziałek 2025-03-24		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 200ml (MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt), pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ogórek zielony 30g , Jabłka 150g ,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml (MLE , GLU psz, SEL, SOJ, GOR), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g (MLE, GLU psz, JAJ, SEL , SOJ, GOR), Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynka konserwowa wieprzowa 20g (GLU psz, SEL, SOJ, GOR), Jajko faszerowane twarogiem 1szt (MLE, JAJ), Pomidor świeży 50g 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2187.39 kcal; Energia: 8541.12 kJ; Białko ogółem: 84.26 g; białko zwierzęce: 25.10 g; białko roślinne: 35.66 g; Tłuszcz: 89.34 g; Węglowodany ogółem: 285.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.99 g; Sód: 2463.31 mg; Potas: 2678.36 mg; Wapń: 312.92 mg; Fosfor: 1048.98 mg; Błonnik pokarmowy: 28.70 g; suma cukrów prostych: 46.88 g; Woda: 811.33 g; Popiół: 14.09 g;		

Dietetyk

.....