

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-31		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Polędwica miodowa 40g (GLU psz, SEL, SOJ, GOR), Ser topiony 25g (MLE, GLU psz), Pomidory 30g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (włoszcz, śmietana) 400ml (MLE, GLU psz, SEL), Makaron w sosie myśliwskim (pieczarki, kielbasa śl, papryka kon, ogórek kiszony, cebula, kon. pom) 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), Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g (GLU psz, ROŚ),
Wartości odżywcze: Energia: 2390.05 kcal; Energia: 9024.60 kJ; Białko ogółem: 83.94 g; białko zwierzęce: 37.47 g; białko roślinne: 42.42 g; Tłuszcz: 98.73 g; Węglowodany ogółem: 311.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.12 g; Sód: 2607.67 mg; Potas: 2630.89 mg; Wapń: 358.07 mg; Fosfor: 1394.15 mg; Błonnik pokarmowy: 34.94 g; suma cukrów prostych: 29.02 g; Woda: 607.34 g; Popiół: 13.39 g;		
poniedziałek 2025-03-31		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Ser biały półtłusty 80g (MLE), Jabłko pieczone 150g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (włoszcz, śmietana) 400ml (MLE, GLU psz, SEL), Pyzy drożdżowe 2szt 120g (MLE, GLU psz, JAJ), Polewa owocowa z jogurtem 120g (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 , Pasta mięsno-warzywna(mięso drobiowe,warzywa gotowane) 80g (SEL), Sałata 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1995.56 kcal; Energia: 6136.57 kJ; Białko ogółem: 67.22 g; białko zwierzęce: 33.03 g; białko roślinne: 18.67 g; Tłuszcz: 74.80 g; Węglowodany ogółem: 274.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.40 g; Sód: 1464.93 mg; Potas: 1993.89 mg; Wapń: 366.87 mg; Fosfor: 880.21 mg; Błonnik pokarmowy: 25.18 g; suma cukrów prostych: 54.06 g; Woda: 576.96 g; Popiół: 9.43 g;		
poniedziałek 2025-03-31		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Polędwica miodowa 40g (GLU psz, SEL, SOJ, GOR), Ser topiony 25g (MLE, GLU psz), Pomidory 30g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (włoszcz, śmietana) 400ml (MLE, GLU psz, SEL), Makaron razowy w sosie myśliwskim (pieczarki, kielbasa śl, papryka kon, ogórek kiszony, cebula, kon. pom) 300g (MLE, GLU żyt, 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 , Pasta mięsno-warzywna(mięso drobiowe,warzywa gotowane) 60g (SEL), jajo gotowane 1/2 szt 25g (JAJ), Fasolka szparagowa z bułką tartą 50g (GLU psz, ROŚ),
Wartości odżywcze: Energia: 2351.96 kcal; Energia: 8622.51 kJ; Białko ogółem: 84.58 g; białko zwierzęce: 29.73 g; białko roślinne: 43.79 g; Tłuszcz: 97.22 g; Węglowodany ogółem: 296.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.24 g; Sód: 2294.65 mg; Potas: 2250.68 mg; Wapń: 295.53 mg; Fosfor: 1143.56 mg; Błonnik pokarmowy: 27.00 g; suma cukrów prostych: 26.46 g; Woda: 530.91 g; Popiół: 11.89 g;		

Dietetyk

.....