

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-01Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Herbata b/cukru 200ml , kielbasa szynkowa wędzona 40g (<i>MLE, DWU, GOR</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Papryka czerwona 30g ,	Zupa dyniowa z zacierką pszenną zabieleną śmietaną (włoszcz, dynia, zacierka, śmietana) 400g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Podudzie z kurczaka z pieca 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 100g , Kompot owocowy 200ml 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Herbata b/cukru 200ml , Sałatka z makaronu i wędlin z pomidorem i koperkiem 150g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SOJ</i>), ogórki konserwowe 30g (<i>GOR</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2353.84 kcal; Energia: 8412.48 kJ; Białko ogółem: 84.29 g; białko zwierzęce: 8.47 g; białko roślinne: 32.57 g; Tłuszcz: 110.01 g; Węglowodany ogółem: 283.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.00 g; Sód: 2779.35 mg; Potas: 3177.14 mg; Wapń: 351.38 mg; Fosfor: 958.02 mg; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; suma cukrów prostych: 21.98 g; Woda: 678.14 g; Popiół: 14.88 g;		
czwartek 2025-05-01Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Herbata b/cukru 200ml , Szynka konserwowa wieprzowa 40g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Marchew talarki z prażonym słonecznikiem 50g ,	Zupa dyniowa z zacierką pszenną zabieleną śmietaną (włoszcz, dynia, zacierka, śmietana) 400g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Bitka drobiowa w sosie własnym 80g/80g 160g (<i>GLU psz</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Surówka z selera i marchwi drobno tarta 100g (<i>MLE, SEL</i>),	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Herbata b/cukru 200ml , Sałatka z makaronu i wędlin z pomidorem i koperkiem 150g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SOJ</i>), Jabłko pieczone 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2091.67 kcal; Energia: 8157.26 kJ; Białko ogółem: 77.47 g; białko zwierzęce: 32.06 g; białko roślinne: 34.19 g; Tłuszcz: 79.53 g; Węglowodany ogółem: 297.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.92 g; Sód: 3024.90 mg; Potas: 3776.34 mg; Wapń: 193.07 mg; Fosfor: 1241.16 mg; Błonnik pokarmowy: 34.48 g; suma cukrów prostych: 13.97 g; Woda: 822.85 g; Popiół: 14.83 g;		
czwartek 2025-05-01Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , kielbasa szynkowa wędzona 40g (<i>MLE, DWU, GOR</i>), jajo gotowane 1/2 szt 25g (<i>JAJ</i>), Papryka czerwona 30g ,	Zupa dyniowa z zacierką pszenną zabieleną śmietaną (włoszcz, dynia, zacierka, śmietana) 400g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Podudzie z kurczaka z pieca 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 100g , 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 , schabowa kanapkowa 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JEĆ</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), Brokuł na parze 50g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2315.30 kcal; Energia: 7751.17 kJ; Białko ogółem: 94.27 g; białko zwierzęce: 10.74 g; białko roślinne: 32.69 g; Tłuszcz: 78.08 g; Węglowodany ogółem: 263.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.05 g; Sód: 1822.33 mg; Potas: 3081.92 mg; Wapń: 298.69 mg; Fosfor: 965.98 mg; Błonnik pokarmowy: 28.27 g; suma cukrów prostych: 48.44 g; Woda: 697.26 g; Popiół: 12.62 g;		

Dietetyk