

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-03		
Dieta: 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>), Pasta z twarogu z koperkiem 80g (<i>MLE</i>), Pikle 50g (<i>GOR</i>),	Zupa koperkowa z ziemniakami (włoszcz, śmietana) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Gulasz drobiowo wieprzowy 120g (<i>GLU psz</i>), Kasza jęczmienna na sypko 200g (<i>GLU jęcz</i>), Sałata z olejem rzepakowym 80g , Kompot wielowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Polędwiczanka z warzywami 50g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Fasolka szparagowa z bułką tartą 50g (<i>MLE, GLU psz, ROŚ</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2076.21 kcal; Energia: 6683.90 kJ; Białko ogółem: 74.28 g; białko zwierzęce: 76.69 g; białko roślinne: 24.54 g; Tłuszcz: 83.72 g; Węglowodany ogółem: 213.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.35 g; Sód: 1610.44 mg; Potas: 2078.36 mg; Wapń: 266.94 mg; Fosfor: 921.92 mg; Błonnik pokarmowy: 28.26 g; suma cukrów prostych: 35.04 g; Woda: 520.67 g; Popiół: 9.91 g;		
sobota 2025-05-03		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 10g (<i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), Polędwica miodowa 40g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Włoszczyzna słupki na parze 50g (<i>SEL</i>),	Zupa koperkowa z ziemniakami (włoszcz, śmietana) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Gulasz drobiowo wieprzowy 120g (<i>GLU psz</i>), Kasza jęczmienna na sypko 200g (<i>MLE, GLU jęcz</i>), Sałata zielona z sosem na bazie maślanki 80g (<i>MLE</i>), Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 10g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Jajko faszerowane twarogiem 1szt (<i>MLE, JAJ</i>), Pomidor świeży 50g 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1928.85 kcal; Energia: 7204.27 kJ; Białko ogółem: 73.40 g; białko zwierzęce: 58.39 g; białko roślinne: 24.66 g; Tłuszcz: 267.48 g; Węglowodany ogółem: 224.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 73.43 g; Sód: 32483.43 mg; Potas: 16708.72 mg; Wapń: 423.16 mg; Fosfor: 8715.14 mg; Błonnik pokarmowy: 27.25 g; suma cukrów prostych: 14.69 g; Woda: 3616.88 g; Popiół: 127.34 g;		
sobota 2025-05-03		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem b/cukru 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), Polędwica miodowa 40g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), jajo gotowane 1/2 szt 25g (<i>JAJ</i>), Pikle 50g (<i>GOR</i>),	Zupa koperkowa z ziemniakami (włoszcz, śmietana) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Gulasz drobiowo wieprzowy 120g (<i>GLU psz</i>), Kasza jęczmienna na sypko 200g (<i>GLU jęcz</i>), Sałata z olejem rzepakowym 80g , Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Polędwiczanka z warzywami 50g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Fasolka szparagowa z bułką tartą 50g (<i>MLE, GLU psz, ROŚ</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2166.81 kcal; Energia: 8168.40 kJ; Białko ogółem: 71.78 g; białko zwierzęce: 31.53 g; białko roślinne: 33.12 g; Tłuszcz: 101.42 g; Węglowodany ogółem: 551.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.98 g; Sód: 2305.51 mg; Potas: 2173.73 mg; Wapń: 198.18 mg; Fosfor: 995.57 mg; Błonnik pokarmowy: 27.82 g; suma cukrów prostych: 34.26 g; Woda: 530.16 g; Popiół: 12.11 g;		

Dietetyk