

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-08		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), sałatka szwedzka 30g (<i>GOR</i>),	Zupa zacierkowa z ziemniakami (włoszcz, zacierka) 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 80g (<i>GLU psz, JAJ</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 80g, Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Papryka czerwona 30g,
Wartości odżywcze: Energia: 2263.28 kcal; Energia: 9029.43 kJ; Białko ogółem: 77.58 g; białko zwierzęce: 31.62 g; białko roślinne: 32.98 g; Tłuszcz: 89.94 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.96 g; Sód: 2638.17 mg; Potas: 3961.14 mg; Wapń: 667.37 mg; Fosfor: 1446.30 mg; Błonnik pokarmowy: 33.23 g; suma cukrów prostych: 51.30 g; Woda: 806.44 g; Popiół: 15.66 g;		
czwartek 2025-05-08		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Pasta z twarogu z koperkiem 80g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 150g,	Zupa zacierkowa z ziemniakami (włoszcz, zacierka) 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Klopsik w sosie własnym 80g/80ml 160g (<i>MLE, GLU psz, JAJ</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z selera drobno tartego na bazie sosu jogurtowego 80g (<i>MLE, SEL</i>), Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, szynka z indyka 50g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, GOR</i>), Włoszczyzna słupki na parze 50g (<i>SEL</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2141.21 kcal; Energia: 6837.14 kJ; Białko ogółem: 73.87 g; białko zwierzęce: 94.67 g; białko roślinne: 24.83 g; Tłuszcz: 60.61 g; Węglowodany ogółem: 263.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.54 g; Sód: 1582.73 mg; Potas: 2202.32 mg; Wapń: 245.18 mg; Fosfor: 932.91 mg; Błonnik pokarmowy: 30.18 g; suma cukrów prostych: 55.97 g; Woda: 573.43 g; Popiół: 9.68 g;		
czwartek 2025-05-08		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), sok pomidorowy 200ml, Roszponka 10g,	Zupa zacierkowa z ziemniakami (włoszcz, zacierka) 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 80g (<i>GLU psz, JAJ</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 80g, 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, szynka z indyka 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, GOR</i>), jajo gotowane 1/2 szt 25g (<i>JAJ</i>), Papryka czerwona 30g,
Wartości odżywcze: Energia: 2162.16 kcal; Energia: 6891.14 kJ; Białko ogółem: 80.88 g; białko zwierzęce: 93.96 g; białko roślinne: 31.52 g; Tłuszcz: 65.41 g; Węglowodany ogółem: 244.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.49 g; Sód: 2748.83 mg; Potas: 2630.12 mg; Wapń: 190.03 mg; Fosfor: 918.36 mg; Błonnik pokarmowy: 25.37 g; suma cukrów prostych: 46.51 g; Woda: 678.97 g; Popiół: 12.18 g;		

Dietetyk