

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-04-11Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Kakao 200ml (<i>MLE</i>), Dżem 40g , Ser biały półtłusty 40g (<i>MLE</i>), Jabłka 130g ,	Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmienia) 400g (<i>GLU jęcz, SEL</i>), Ryba miruna duszona z pieca 80g (<i>RYB</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Marchew z groszkiem na ciepło, na maśle roślinnym 100g (<i>MLE, GLU psz</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 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Rzodkiewka drobno tarta 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2397.44 kcal; Energia: 9804.91 kJ; Białko ogółem: 71.41 g; białko zwierzęce: 24.01 g; białko roślinne: 30.66 g; Tłuszcz: 95.35 g; Węglowodany ogółem: 344.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.85 g; Sód: 2258.96 mg; Potas: 4362.44 mg; Wapń: 378.96 mg; Fosfor: 1355.62 mg; Błonnik pokarmowy: 35.84 g; suma cukrów prostych: 77.07 g; Woda: 980.37 g; Popiół: 16.27 g;		
piątek 2025-04-11Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Kakao 200ml (<i>MLE</i>), Dżem 80g , banan 200g ,	Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmienia) 400g (<i>GLU jęcz, SEL</i>), Ryba miruna duszona z pieca 80g (<i>RYB</i>), Marchew z groszkiem na ciepło, na maśle roślinnym 100g (<i>MLE, GLU psz</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<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 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Polędwica Ani drobiowa 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), Pomidory 30g , Sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2422.26 kcal; Energia: 9785.69 kJ; Białko ogółem: 59.35 g; białko zwierzęce: 16.53 g; białko roślinne: 32.48 g; Tłuszcz: 81.57 g; Węglowodany ogółem: 394.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.92 g; Sód: 2239.62 mg; Potas: 4988.68 mg; Wapń: 349.52 mg; Fosfor: 1299.12 mg; Błonnik pokarmowy: 36.65 g; suma cukrów prostych: 117.72 g; Woda: 1022.39 g; Popiół: 17.47 g;		
piątek 2025-04-11Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Kakao 200ml (<i>MLE</i>), filet złocisty 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Pomidory 30g ,	Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmienia) 400g (<i>GLU jęcz, SEL</i>), Ryba miruna duszona z pieca 80g (<i>RYB</i>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Kompot wielowocowy(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 , Polędwica Ani drobiowa 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), jajo gotowane 1/2 szt 25g (<i>JAJ</i>), Rzodkiewka drobno tarta 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2158.51 kcal; Energia: 8530.58 kJ; Białko ogółem: 75.96 g; białko zwierzęce: 28.44 g; białko roślinne: 33.78 g; Tłuszcz: 90.39 g; Węglowodany ogółem: 287.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.80 g; Sód: 2326.19 mg; Potas: 4309.00 mg; Wapń: 538.51 mg; Fosfor: 1408.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.50 g; suma cukrów prostych: 46.26 g; Woda: 972.19 g; Popiół: 17.31 g;		

Dietetyk

.....