

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-21Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 60g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Szynka konserwowa wieprzowa 20g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Ogórek zielony 30g , Pomidory 30g ,	Rosół z zacierką (włoszczyzna) 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Podudzie z kurczaka z pieca 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Surówka z kapusty czerwonej 80g , Kompot wielooowocowy(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 , Jajko1szt(50g) w sosie tatarskim80g(*groszek kons,ogórek kons,majonez) 130g (<i>MLE, JAJ, ROŚ, GOR</i>), szynka gotowana z indyka 20g (<i>MLE, GLU psz, SOJ</i>), Pikle 30g (<i>GOR</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2569.03 kcal; Energia: 9388.92 kJ; Białko ogółem: 94.78 g; białko zwierzęce: 21.96 g; białko roślinne: 28.46 g; Tłuszcz: 131.10 g; Węglowodany ogółem: 280.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.68 g; Sód: 3055.44 mg; Potas: 3301.43 mg; Wapń: 398.59 mg; Fosfor: 1151.62 mg; Błonnik pokarmowy: 31.53 g; suma cukrów prostych: 53.31 g; Woda: 779.05 g; Popiół: 15.67 g;		
poniedziałek 2025-04-21Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Twarożek z ziołami 80g (<i>MLE</i>), Szynka konserwowa wieprzowa 40g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Pomidory 50g ,	Rosół z zacierką (włoszczyzna) 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Podudzie z kurczaka duszone 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), sałata lodowa z sosem vinegret 80g , Kompot wielooowocowy(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 , Sałatka jarzynowa łatwostrawna 150g (<i>JAJ, SEL</i>), szynka gotowana z indyka 20g (<i>MLE, GLU psz, SOJ</i>), Sałata 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2301.19 kcal; Energia: 8304.69 kJ; Białko ogółem: 88.77 g; białko zwierzęce: 21.76 g; białko roślinne: 30.30 g; Tłuszcz: 97.03 g; Węglowodany ogółem: 295.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.68 g; Sód: 3964.45 mg; Potas: 3836.14 mg; Wapń: 252.07 mg; Fosfor: 1132.76 mg; Błonnik pokarmowy: 32.74 g; suma cukrów prostych: 56.60 g; Woda: 859.92 g; Popiół: 18.54 g;		
poniedziałek 2025-04-21Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 60g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Szynka konserwowa wieprzowa 20g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Ogórek zielony 30g , Pomidory 30g ,	Rosół z zacierką (włoszczyzna) 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Podudzie z kurczaka z pieca 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Surówka z kapusty czerwonej 80g , Kompot wielooowocowy(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 , Jajko1szt(50g) w sosie tatarskim80g(*groszek kons,ogórek kons,majonez) 130g (<i>MLE, JAJ, ROŚ, GOR</i>), szynka gotowana z indyka 20g (<i>MLE, GLU psz, SOJ</i>), Pikle 30g (<i>GOR</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2585.03 kcal; Energia: 9452.92 kJ; Białko ogółem: 99.58 g; białko zwierzęce: 22.16 g; białko roślinne: 33.06 g; Tłuszcz: 131.10 g; Węglowodany ogółem: 275.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.74 g; Sód: 3009.44 mg; Potas: 3173.43 mg; Wapń: 392.59 mg; Fosfor: 1107.62 mg; Błonnik pokarmowy: 27.53 g; suma cukrów prostych: 50.71 g; Woda: 779.45 g; Popiół: 15.47 g;		

Dietetyk

.....