

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-04-29Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy (wyrób własny, udko z indyka, warzywa, olej rzepak) 80g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Papryka czerwona 30g ,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400ml (<i>GLU psz, SEL, ROŚ, GOR</i>), Potrawka drobiowa z warzywami i ryżem 300g (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Sałatka z buraczków 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 , Polędwiczanka z warzywami 50g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Pomidory 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2038.58 kcal; Energia: 7233.10 kJ; Białko ogółem: 65.88 g; białko zwierzęce: 0.41 g; białko roślinne: 26.01 g; Tłuszcz: 78.11 g; Węglowodany ogółem: 291.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.64 g; Sód: 1803.29 mg; Potas: 2146.21 mg; Wapń: 162.97 mg; Fosfor: 693.08 mg; Błonnik pokarmowy: 28.19 g; suma cukrów prostych: 53.72 g; Woda: 457.10 g; Popiół: 9.92 g;		
wtorek 2025-04-29Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 10g (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu z koperkiem 80g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 150g ,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400ml (<i>GLU psz, SEL, ROŚ, GOR</i>), Potrawka drobiowa z warzywami i ryżem 300g (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Sałatka z buraczków 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 10g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , polędwica sopocka drobiowa 40g , Pomidor świeży 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1979.39 kcal; Energia: 4432.46 kJ; Białko ogółem: 87.89 g; białko zwierzęce: 89.58 g; białko roślinne: 17.75 g; Tłuszcz: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 225.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 2.78 g; Sód: 1391.93 mg; Potas: 1857.04 mg; Wapń: 170.42 mg; Fosfor: 720.81 mg; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; suma cukrów prostych: 52.49 g; Woda: 491.21 g; Popiół: 8.18 g;		
wtorek 2025-04-29Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy (wyrób własny, udko z indyka, warzywa, olej rzepak) 80g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Papryka czerwona 30g ,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400ml (<i>GLU psz, SEL, ROŚ, GOR</i>), Potrawka drobiowa z warzywami i ryżem 300g (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Sałatka z buraczków 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 , Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), Polędwiczanka z warzywami 50g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Pomidor świeży 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2198.08 kcal; Energia: 7897.35 kJ; Białko ogółem: 84.00 g; białko zwierzęce: 13.80 g; białko roślinne: 30.74 g; Tłuszcz: 87.35 g; Węglowodany ogółem: 288.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.20 g; Sód: 1989.19 mg; Potas: 2050.29 mg; Wapń: 303.54 mg; Fosfor: 912.46 mg; Błonnik pokarmowy: 24.14 g; suma cukrów prostych: 53.05 g; Woda: 496.92 g; Popiół: 10.93 g;		

Dietetyk