

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-18Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , parówki cienkie drobiowo wieprzowe 2 szt 100g (<i>MLE, GLU psz, ORZ, SEL, SOJ, GOR</i>), musztarda 20g (<i>SEL, GOR</i>), Ogórki kiszzone 30g ,	Rosół z zacierką 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Bitka drobiowa w sosie własnym 80g/80g 160g (<i>GLU psz</i>), Salata zielona z sosem na bazie maślanki ze szczypiorkiem 80g (<i>MLE</i>), 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 , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Brokuł na parze 50g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2244.43 kcal; Energia: 8073.68 kJ; Białko ogółem: 84.18 g; białko zwierzęce: 36.05 g; białko roślinne: 31.38 g; Tłuszcz: 97.40 g; Węglowodany ogółem: 287.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.71 g; Sód: 2285.21 mg; Potas: 3501.05 mg; Wapń: 553.44 mg; Fosfor: 1294.33 mg; Błonnik pokarmowy: 31.96 g; suma cukrów prostych: 51.86 g; Woda: 743.12 g; Popiół: 14.98 g;		
niedziela 2025-05-18Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , kielbasa szynkowa wędzona 40g (<i>MLE, DWU, GOR</i>), Pomidor świeży 30g ,	Rosół z zacierką (włoszczyzna) 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Bitka drobiowa w sosie własnym 80g/80g 160g (<i>GLU psz</i>), Surówka z selera drobno tartego na bazie sosu jogurtowego 80g (<i>MLE, SEL</i>), 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 , Jajko faszerowane twarogiem 1szt (<i>MLE, JAJ</i>), Brokuł na parze 50g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2132.57 kcal; Energia: 8689.56 kJ; Białko ogółem: 87.33 g; białko zwierzęce: 45.32 g; białko roślinne: 31.07 g; Tłuszcz: 78.27 g; Węglowodany ogółem: 299.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.56 g; Sód: 1871.42 mg; Potas: 3819.62 mg; Wapń: 297.09 mg; Fosfor: 1404.26 mg; Błonnik pokarmowy: 34.07 g; suma cukrów prostych: 62.18 g; Woda: 823.20 g; Popiół: 13.90 g;		
niedziela 2025-05-18Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , parówki cienkie drobiowo wieprzowe 2 szt 100g (<i>MLE, GLU psz, ORZ, SEL, SOJ, GOR</i>), musztarda 20g (<i>SEL, GOR</i>), Ogórki kiszzone 30g ,	Rosół z zacierką 400ml (<i>GLU psz, JAJ, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Bitka drobiowa w sosie własnym 80g/80g 160g (<i>GLU psz</i>), Salata zielona z sosem na bazie maślanki ze szczypiorkiem 80g (<i>MLE</i>), 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 , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Brokuł na parze 50g (<i>MLE</i>), Pomidory 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2264.93 kcal; Energia: 8156.58 kJ; Białko ogółem: 89.25 g; białko zwierzęce: 36.25 g; białko roślinne: 36.25 g; Tłuszcz: 97.46 g; Węglowodany ogółem: 283.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.79 g; Sód: 2241.61 mg; Potas: 3457.65 mg; Wapń: 550.14 mg; Fosfor: 1256.63 mg; Błonnik pokarmowy: 28.32 g; suma cukrów prostych: 49.29 g; Woda: 771.96 g; Popiół: 14.93 g;		