

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-22Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , schabowa kanapkowa 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC</i>), Rzodkiewka drobno tarta 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleniną (włoszcz, kon. pom, ryż, śmietana). 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 80g (<i>GLU psz, JAJ</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z porem i olejem rzepakowym 80g , 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>), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), Twarożek z ziołami 80g (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1972.90 kcal; Energia: 7809.62 kJ; Białko ogółem: 73.44 g; białko zwierzęce: 23.23 g; białko roślinne: 30.15 g; Tłuszcz: 70.15 g; Węglowodany ogółem: 290.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.63 g; Sód: 1797.33 mg; Potas: 3497.86 mg; Wapń: 313.76 mg; Fosfor: 1119.42 mg; Błonnik pokarmowy: 32.40 g; suma cukrów prostych: 47.30 g; Woda: 784.00 g; Popiół: 13.45 g;		
czwartek 2025-05-22Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , schabowa kanapkowa 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC</i>), Dynia na parze 50g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>),	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleniną (włoszcz, kon. pom, ryż, śmietana). 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 80g (<i>GLU psz, JAJ</i>), Surówka z marchwi drobno tartej z olejem rzepakowym 100g , 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 , Twarożek z ziołami 80g (<i>MLE</i>), Carpaccio z buraka 100g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2142.30 kcal; Energia: 8514.64 kJ; Białko ogółem: 77.64 g; białko zwierzęce: 26.32 g; białko roślinne: 30.61 g; Tłuszcz: 80.88 g; Węglowodany ogółem: 306.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.97 g; Sód: 1712.80 mg; Potas: 3883.81 mg; Wapń: 339.83 mg; Fosfor: 1140.08 mg; Błonnik pokarmowy: 35.10 g; suma cukrów prostych: 64.31 g; Woda: 821.26 g; Popiół: 13.31 g;		
czwartek 2025-05-22Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , schabowa kanapkowa 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC</i>), Ser topiony 50g (<i>MLE, GLU psz</i>), Rzodkiewka drobno tarta 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleniną (włoszcz, kon. pom, ryż, śmietana). 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g (<i>MLE</i>), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 80g (<i>GLU psz, JAJ</i>), Surówka z kapusty pekińskiej z porem i olejem rzepakowym 80g , 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>), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), Twarożek z ziołami 80g (<i>MLE</i>), Carpaccio z buraka 50g (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2228.42 kcal; Energia: 8564.89 kJ; Białko ogółem: 90.24 g; białko zwierzęce: 31.37 g; białko roślinne: 34.87 g; Tłuszcz: 92.68 g; Węglowodany ogółem: 285.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.14 g; Sód: 1810.46 mg; Potas: 3582.46 mg; Wapń: 502.88 mg; Fosfor: 1372.52 mg; Błonnik pokarmowy: 29.59 g; suma cukrów prostych: 43.40 g; Woda: 854.09 g; Popiół: 14.43 g;		