

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-06-19		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Paszтет drobiowy (wyrób własny, udko z indyka, warzywa, olej rzepak) 80g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</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>), Udziec z kurczaka pieczony 100g , Surówka z kapusty pekińskiej z porem i 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>), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), Pasta z wędlin 80g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Carpaccio z buraka 50g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2299.13 kcal; Energia: 9379.97 kJ; Białko ogółem: 84.10 g; białko zwierzęce: 12.80 g; białko roślinne: 27.16 g; Tłuszcz: 110.96 g; Węglowodany ogółem: 270.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.28 g; Sód: 2153.75 mg; Potas: 3540.57 mg; Wapń: 263.70 mg; Fosfor: 925.92 mg; Błonnik pokarmowy: 32.29 g; suma cukrów prostych: 48.59 g; Woda: 773.16 g; Popiół: 12.94 g;		
czwartek 2025-06-19		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , polędwica sopocka drobiowa 40g , Roszponka 15g ,	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>), Udziec z kurczaka duszony 100g , Surówka z selera drobno tartego na bazie sosu jogurtowego 80g (<i>MLE, SEL</i>), 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>), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), Pasta z wędlin 80g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Carpaccio z buraka 50g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2039.50 kcal; Energia: 8161.27 kJ; Białko ogółem: 80.34 g; białko zwierzęce: 13.25 g; białko roślinne: 26.72 g; Tłuszcz: 86.51 g; Węglowodany ogółem: 265.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.38 g; Sód: 1999.21 mg; Potas: 3593.13 mg; Wapń: 262.41 mg; Fosfor: 957.44 mg; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; suma cukrów prostych: 50.81 g; Woda: 728.79 g; Popiół: 12.07 g;		
czwartek 2025-06-19		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Twarożek z ziołami 60g (<i>MLE</i>), polędwica sopocka drobiowa 20g , 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>), Udziec z kurczaka pieczony 100g , Surówka z kapusty pekińskiej z porem i 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>), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), Pasta z wędlin 80g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Carpaccio z buraka 50g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2269.37 kcal; Energia: 8879.89 kJ; Białko ogółem: 95.06 g; białko zwierzęce: 22.39 g; białko roślinne: 31.82 g; Tłuszcz: 105.36 g; Węglowodany ogółem: 261.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.66 g; Sód: 2125.33 mg; Potas: 3463.08 mg; Wapń: 293.44 mg; Fosfor: 991.49 mg; Błonnik pokarmowy: 28.36 g; suma cukrów prostych: 42.07 g; Woda: 802.28 g; Popiół: 13.11 g;		

Dietetyk

.....