

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-23Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
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>), Pomidory 30g , Sałata 30g ,	Zupa jarzynowa z cukinią i ziemniakami 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL, GOR</i>), Fasolka po bretońsku z kielbasą 300g (<i>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, ROŚ, GOR</i>), Ogórki kiszzone 100g , Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</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>), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), pieczeń wiedeńska 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, GOR</i>), Papryka czerwona 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2064.99 kcal; Energia: 7682.65 kJ; Białko ogółem: 72.62 g; białko zwierzęce: 12.38 g; białko roślinne: 42.42 g; Tłuszcz: 75.62 g; Węglowodany ogółem: 314.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.60 g; Sód: 2607.61 mg; Potas: 3184.32 mg; Wapń: 628.47 mg; Fosfor: 1337.09 mg; Błonnik pokarmowy: 44.47 g; suma cukrów prostych: 50.96 g; Woda: 620.91 g; Popiół: 16.02 g;		
poniedziałek 2025-06-23Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Szyńka konserwowa wieprzowa 40g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Pomidory 30g , Sałata 30g ,	Zupa jarzynowa z cukinią i ziemniakami (włoszcz, cukinia, śmietana) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL, GOR</i>), Makaron z serem 300g (<i>MLE, GLU psz, JAJ</i>), Surówka z marchewki drobno tartej z jabłkiem na winno 100g , 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>), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), Pasta mięsno-warzywna(mięso drobiowe,warzywa gotowane) 80g (<i>SEL</i>), banan 200g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2046.97 kcal; Energia: 7990.75 kJ; Białko ogółem: 68.05 g; białko zwierzęce: 20.59 g; białko roślinne: 32.13 g; Tłuszcz: 56.13 g; Węglowodany ogółem: 344.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.53 g; Sód: 1929.24 mg; Potas: 3100.72 mg; Wapń: 278.57 mg; Fosfor: 1015.21 mg; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; suma cukrów prostych: 87.36 g; Woda: 711.90 g; Popiół: 11.11 g;		
poniedziałek 2025-06-23Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), Beskidzki miks maślany 20g (<i>MLE</i>), herbata 200ml , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>), Szyńka konserwowa wieprzowa 20g (<i>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Sałata 30g ,	Zupa jarzynowa z cukinią i ziemniakami 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL, GOR</i>), Fasolka po bretońsku z kielbasą 300g (<i>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, ROŚ, GOR</i>), Ogórki kiszzone 100g , chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</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>), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 200ml (<i>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</i>), Pasta mięsno-warzywna(mięso drobiowe,warzywa gotowane) 80g (<i>SEL</i>), Papryka czerwona 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2165.00 kcal; Energia: 7904.21 kJ; Białko ogółem: 89.44 g; białko zwierzęce: 14.58 g; białko roślinne: 49.36 g; Tłuszcz: 79.90 g; Węglowodany ogółem: 306.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.12 g; Sód: 2749.95 mg; Potas: 2949.77 mg; Wapń: 595.85 mg; Fosfor: 1287.03 mg; Błonnik pokarmowy: 38.15 g; suma cukrów prostych: 41.26 g; Woda: 591.95 g; Popiół: 15.61 g;		

Dietetyk

.....