

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-30Dieta: 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) 60g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), Ogórek zielony 30g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz,cukinia,śmietana,mleko) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Bigos z kapusty kiszzonej z mięsem i kielbasą 300g (<i>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), Chleb pszenno żytni 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</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>), herbata 200ml , Filet królewski z indyka 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Pomidory 30g , Kefir 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2011.13 kcal; Energia: 7720.88 kJ; Białko ogółem: 66.84 g; białko zwierzęce: 15.10 g; białko roślinne: 28.17 g; Tłuszcz: 82.80 g; Węglowodany ogółem: 278.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.99 g; Sód: 2785.89 mg; Potas: 2747.42 mg; Wapń: 777.00 mg; Fosfor: 1158.32 mg; Błonnik pokarmowy: 36.35 g; suma cukrów prostych: 55.95 g; Woda: 766.98 g; Popiół: 16.22 g;		
poniedziałek 2025-06-30Dieta: 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 , Mus owoc. jabł.banan.brzosk. 100g 1szt ,	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz,cukinia,śmietana,mleko) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Makaron z serem 200g (<i>MLE, GLU psz, JAJ</i>), Surówka z marchewki drobno tartej z jabłkiem na winno 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 , Filet królewski z indyka 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Pomidor świeży 30g , Kefir 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2006.04 kcal; Energia: 7761.62 kJ; Białko ogółem: 64.95 g; białko zwierzęce: 18.86 g; białko roślinne: 27.16 g; Tłuszcz: 61.73 g; Węglowodany ogółem: 318.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.51 g; Sód: 1517.28 mg; Potas: 2203.81 mg; Wapń: 683.86 mg; Fosfor: 956.64 mg; Błonnik pokarmowy: 28.09 g; suma cukrów prostych: 83.89 g; Woda: 601.80 g; Popiół: 9.50 g;		
poniedziałek 2025-06-30Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 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) 60g (<i>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE, GLU psz</i>), Ogórek zielony 30g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz,cukinia,śmietana,mleko) 400ml (<i>MLE, GLU psz, SEL</i>), Bigos z kapusty kiszzonej z mięsem i kielbasą 300g (<i>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</i>), chleb graham. 100g (<i>GLU psz, GLU żyt</i>), 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 , Filet królewski z indyka 40g (<i>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Pomidor świeży 30g , Kefir 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2035.13 kcal; Energia: 7816.88 kJ; Białko ogółem: 74.04 g; białko zwierzęce: 15.40 g; białko roślinne: 35.07 g; Tłuszcz: 82.80 g; Węglowodany ogółem: 270.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.08 g; Sód: 2716.89 mg; Potas: 2555.42 mg; Wapń: 768.00 mg; Fosfor: 1092.32 mg; Błonnik pokarmowy: 30.35 g; suma cukrów prostych: 52.05 g; Woda: 767.58 g; Popiół: 15.92 g;		

Dietetyk

.....