

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)		
Chleb 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), chleb żytni 80g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (<i>MLE</i>), Serek wiejski z pomidorem 50g (<i>MLE</i>), Szyunka beszkidzka Bieleśz 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02</i>), Papryka świeża 90g, Rukola 10g 1Por, Herbata b/cukru 250ml 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (<i>MLE</i>),	Zupa szpinakowa z makaronem 250ml R 250ml (<i>GLU, JAJ</i>), Budyń półmięśny 100g 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g R 200g, Buraczki na zimno R 150g 150g, Kompot b/cukru 250ml 250ml, Sos chrzanowy 100ml (<i>GLU, MLE</i>), Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt,	Chleb 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), chleb żytni 80g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), Rama Omega-3 10g 1szt, Szyunka szkolna Bieleśz 30g (<i>GLU, JAJ, SEL, GOR, S02</i>), Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President, brokuły mrożone) 50g (<i>MLE</i>), pomidor 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Śledzik na raz Lisner 100g 1szt,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por,		Posiłek nocny: sok warzywny 300ml Fortuna 1szt (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2207.38 kcal; Białko ogółem: 82.34 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 297.97 g; suma cukrów prostych: 61.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; Sól: 8.27 g;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)		
bułka kanapkowa 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło 1szt. Mlekovita 10g 1Por (<i>MLE</i>), Serek wiejski z pomidorem bez skóry 50g (<i>MLE</i>), Szyunka beszkidzka Bieleśz 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02</i>), Rukola 10g 1Por, Mus marchewkowy 100g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (<i>MLE</i>),	Zupa szpinakowa z makaronem 250ml R 250ml (<i>GLU, JAJ</i>), Budyń półmięśny 100g 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g R 200g, Sos koperkowy 100ml R 1Por (<i>GLU, MLE</i>), Buraczki na zimno R 150g 150g, Kompot b/cukru 250ml 250ml, Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt	bułka kanapkowa 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Rama Omega-3 10g 1szt, Szyunka szkolna Bieleśz 30g (<i>GLU, JAJ, SEL, GOR, S02</i>), Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President, brokuły mrożone) 50g (<i>MLE</i>), pomidor b/s 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Sałatka z rybą gotowaną 100g 100g,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por,		Posiłek nocny: sok warzywny 300ml Fortuna 1szt (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2201.98 kcal; Białko ogółem: 93.60 g; Tłuszcz: 72.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 305.47 g; suma cukrów prostych: 64.79 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g; Sól: 5.30 g;

środa 2024-01-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona (15)		
bułka kanapkowa 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Herbata b/cukru 250ml 1Por, Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Rama Omega-3 10g 1szt, Serek wiejski z pomidorem bez skóry 50g (<i>MLE</i>), Szyunka beszkidzka Bieleśz 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02</i>), Mus marchewkowy 100g, Banan 100g 1Por,	Zupa szpinakowa z makaronem 250ml R 250ml (<i>GLU, JAJ</i>), Mięso drob. mielone 90g z sosem 1Por (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Ziemniaki 200g R 200g, Kompot b/cukru 250ml 250ml, Buraczki na zimno R 150g 150g, Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt,	bułka kanapkowa 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Herbata b/cukru 250ml 1Por, Zupa mleczna z kaszką kukurydziną 250g (<i>MLE</i>), Szyunka szkolna Bieleśz 30g (<i>GLU, JAJ, SEL, GOR, S02</i>), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President, brokuły mrożone) 50g (<i>MLE</i>), pomidor b/s 50g, Pasta z rybą gotowanej 30g 30g (<i>JAJ</i>),
		Posiłek nocny: sok warzywny 300ml Fortuna 1szt (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.80 kcal; Białko ogółem: 104.91 g; Tłuszcz: 68.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 330.06 g; suma cukrów prostych: 90.39 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g; Sól: 5.39 g;