

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-01-05</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 1</b>		
Pomidor 50 g , Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), bułka grahamka 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 1 szt, masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka 30 g ,	śledź w śmietanie 80/150 230 g ( <b>RYB, MLE</b> ), Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki 150 g , kisiel płynny 250 ml , Pomarańcza 150 g ,	masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Paszтет drobiowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), pomidorki koktajlowe 30 g , Ser deliser plaster 1 szt ( <b>MLE</b> ), herbata z cukrem 250 ml , ćwikła z chrzanem 60 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2173.56 kcal; Białko ogółem: 71.70 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.97 g; Cholesterol: 294.98 mg; Węglowodany ogółem: 261.12 g; Cukry proste: 39.49 g; Sód: 1596.34 mg; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;		
<b>piątek 2024-01-05</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 2</b>		
Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g , Dżem 1 szt ,	filet z dorsza z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki 150 g , kisiel płynny 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g ,	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Baleron drobiowy 60 g ( <b>GLU</b> ), Ser deliser plaster 1 szt ( <b>MLE</b> ), herbata z cukrem 250 ml , Pomidor bez skóry 80 g , sałatka z buraczków 60 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2068.21 kcal; Białko ogółem: 78.28 g; Tłuszcz: 47.19 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.39 g; Cholesterol: 323.95 mg; Węglowodany ogółem: 299.41 g; Cukry proste: 47.47 g; Sód: 1232.10 mg; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;		
<b>piątek 2024-01-05</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 3</b>		
Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g , Dżem 1 szt ,	filet z dorsza z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki 150 g , kisiel płynny 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g ,	chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Baleron drobiowy 60 g ( <b>GLU</b> ), herbata z cukrem 250 ml , Pomidor bez skóry 80 g , Ser deliser plaster 1 szt ( <b>MLE</b> ), sałatka z buraczków 60 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2056.13 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 36.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.31 g; Cholesterol: 285.59 mg; Węglowodany ogółem: 305.39 g; Cukry proste: 48.16 g; Sód: 1449.77 mg; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;		
<b>piątek 2024-01-05</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 4</b>		
Dżem 1 szt , Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g ,	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), pulpet rybny 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, OZI, MLE, ORZ, SEL, SEZ</b> ), ziemniaki 150 g , kisiel płynny 250 ml , Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g , Jogurt owocowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Baleron drobiowy 60 g ( <b>GLU</b> ), herbata z cukrem 250 ml , Pomidor bez skóry 80 g , sałatka z buraczków 60 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2021.08 kcal; Białko ogółem: 67.49 g; Tłuszcz: 47.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.35 g; Cholesterol: 252.89 mg; Węglowodany ogółem: 293.70 g; Cukry proste: 47.44 g; Sód: 1105.30 mg; Błonnik pokarmowy: 31.35 g;		
<b>piątek 2024-01-05</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 6</b>		
Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), rzodkiewka 30 g , Mus z jabłka 50 g , Pomidor 50 g , twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ), bułka grahamka 70 g ( <b>GLU</b> ), ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> budyń wan.b/c 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	filet z dorsza z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), Kisiel płynny bez cukru 250 ml , Ziemniaki 150 g , Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g , <b>Podwieczorek:</b> kefir 200g 1 szt ,	masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), pomidorki koktajlowe 30 g , Paszтет drobiowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Herbata bez cukru 250 ml , Ser deliser plaster 1 szt ( <b>MLE</b> ), ćwikła z chrzanem 60 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2145.55 kcal; Białko ogółem: 85.73 g; Tłuszcz: 51.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.57 g; Cholesterol: 366.27 mg; Węglowodany ogółem: 262.61 g; Cukry proste: 28.42 g; Sód: 863.39 mg; Błonnik pokarmowy: 32.13 g;		
<b>piątek 2024-01-05</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 14</b>		
Ryż na mleku z masłem /zmiksowany/ 500 ml ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Suchary na mleku z masłem /zmiksowane/ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),	Manna na wywarze z filetem /zmiksowane/ 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEZ</b> ),	Płatki jaglane na mleku z masłem /zmiksowane/ 500 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2391.00 kcal; Białko ogółem: 124.37 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.54 g; Cholesterol: 509.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.10 g; Cukry proste: 11.23 g; Sód: 1802.10 mg; Błonnik pokarmowy: 12.16 g;		