

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-12		
Dieta: PASŁEK - 1		
masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Mix sałat 30 g, płatki owsiane na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>), kawa z ml. 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 100 g (<i>GLU</i>), papryka 30 g, twaróg z jogurtem 60 g (<i>MLE</i>), Krem orzechowy 1 szt (<i>GLU</i>),	brokułowa mr. ze śm. w.ob. 400 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), łosoś z pieca 90 g (<i>RYB</i>), Ziemniaki z koperkiem 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, surówka z kapusty kiszzonej 150 g, Koktajl truskawka-czarna porz. 200 g (<i>MLE</i>),	masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250 ml, Paszтет drobiowy 50 g (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), ówika z chrzanem 50 g, chleb graham 100 g (<i>GLU</i>), pomidorki koktajlowe 30 g, serek tartare 20g 1 szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 2161.92 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.19 g; Cholesterol: 205.48 mg; Węglowodany ogółem: 280.39 g; Cukry proste: 46.03 g; Sód: 1636.23 mg; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;		
piątek 2024-01-12		
Dieta: PASŁEK - 2		
masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), płatki owsiane na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>), kawa z ml. 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), Krem orzechowy 1 szt (<i>GLU</i>), chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), twaróg z jogurtem 60 g (<i>MLE</i>), Mix sałat 30 g,	brokułowa mr. ze śm. w.ob. 400 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), filet z dorsza z pieca 90 g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Ziemniaki z koperkiem 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, sos grecki 150 g (<i>GLU, SEL</i>), Koktajl truskawka-czarna porz. 200 g (<i>MLE</i>), Koktajl truskawka-czarna porz. 200 g (<i>MLE</i>),	masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250 ml, Paszтет drobiowy 50 g (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), serek tartare 20g 1 szt (<i>MLE</i>), sałatka z buraczków 80 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2104.83 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 49.16 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.00 g; Cholesterol: 365.37 mg; Węglowodany ogółem: 316.95 g; Cukry proste: 45.70 g; Sód: 1474.40 mg; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;		
piątek 2024-01-12		
Dieta: PASŁEK - 3		
Masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>), płatki owsiane na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), Mus z jabłka bez cukru 80 g, chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), twaróg z jogurtem 60 g (<i>MLE</i>),	brokułowa mr. ze śm. w.ob. 400 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), filet z dorsza z pieca 90 g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Ziemniaki z koperkiem 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, sos grecki 150 g (<i>GLU, SEL</i>), Koktajl truskawka-czarna porz. 200 g (<i>MLE</i>), Koktajl truskawka-czarna porz. 200 g (<i>MLE</i>),	Masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250 ml, szynka gotowana 60 g (<i>SOJ</i>), chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), serek tartare 20g 1 szt (<i>MLE</i>), sałatka z buraczków 80 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2055.89 kcal; Białko ogółem: 91.02 g; Tłuszcz: 39.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.99 g; Cholesterol: 291.58 mg; Węglowodany ogółem: 316.17 g; Cukry proste: 57.68 g; Sód: 1272.36 mg; Błonnik pokarmowy: 31.44 g;		
piątek 2024-01-12		
Dieta: PASŁEK - 4		
masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Płatki owsiane na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>), kawa z ml. 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), Twaróg z jogurtem 60 g (<i>MLE</i>), Krem orzechowy 1 szt (<i>GLU</i>), Mus z jabłka bez cukru 80 g,	brokułowa mr. ze śm. w.ob. 400 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), pulpet rybny 90 g (<i>GLU, JAJ, RYB, OZI, MLE, ORZ, SEL, SEZ</i>), Ziemniaki z koperkiem 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, sos grecki 150 g (<i>GLU, SEL</i>), sos grecki 150 g (<i>GLU, SEL</i>), Koktajl truskawka-czarna porz. 200 g (<i>MLE</i>),	masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250 ml, Szynka gotowana 60 g (<i>SOJ</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), serek tartare 20g 1 szt (<i>MLE</i>), sałatka z buraczków 80 g,
Wartości odżywcze: Energia : 2049.04 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz: 47.55 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.13 g; Cholesterol: 249.56 mg; Węglowodany ogółem: 307.15 g; Cukry proste: 48.71 g; Sód: 851.23 mg; Błonnik pokarmowy: 31.70 g;		
piątek 2024-01-12		
Dieta: PASŁEK - 6		
masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Mix sałat 30 g, płatki owsiane na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>), kawa z ml b/c 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), Mus z jabłka bez cukru 50 g, Chleb razowy 100 g (<i>GLU</i>), papryka 30 g, twaróg z jogurtem 60 g (<i>MLE</i>), II Śniadanie: koktajl truskawka-czarna porz. b/c 200 g (<i>MLE</i>),	brokułowa mr. ze śm. w.ob. 400 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), filet z dorsza z pieca 90 g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Ziemniaki z koperkiem 150 g, Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250 ml, surówka z kapusty kiszzonej 150 g, Podwieczorek: wafle ryżowe 30 g, Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>),	masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), herbata b/c 250 ml, paszтет drob. 50 g (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), ówika z chrzanem 50 g, chleb graham 100 g (<i>GLU</i>), pomidorki koktajlowe 30 g, serek tartare 20g 1 szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 2142.61 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; Tłuszcz: 49.89 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.33 g; Cholesterol: 360.77 mg; Węglowodany ogółem: 271.81 g; Cukry proste: 17.30 g; Sód: 1335.97 mg; Błonnik pokarmowy: 35.84 g;		
piątek 2024-01-12		
Dieta: PASŁEK - 14		
Płatki jaglane na mleku z masłem /zmiksowane/ 500 ml (<i>GLU, MLE</i>), II Śniadanie: Suchary na mleku z masłem /zmiksowane/ 250 ml (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Manna na wywarze z filetem /zmiksowane/ 500 ml (<i>GLU, SEL</i>), Podwieczorek: Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEZ</i>),	Ryż na mleku z masłem /zmiksowany/ 500 ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 2391.01 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.54 g; Cholesterol: 509.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.11 g; Cukry proste: 11.23 g; Sód: 1802.11 mg; Błonnik pokarmowy: 12.16 g;		

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny