Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Pasłęk

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-16	**Dieta: PASŁĘK - 1**	
masło 15g 1 szt (***MLE***), kawa z ml. 250 ml (***GLU, MLE***), manna na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), pasta z twarogu i tuńczyka ze szczypiorkiem 60 g (***RYB, MLE***), Pomidor 80 g , Bułka grahamka 70 g (***GLU***), Baleron drobiowy 30 g (***GLU***), Chleb mieszany 50 g (***GLU***),	lane ciasto na wyw 400 ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko pieczone 150 g , ryż brązowy 150 g , surówka z marchwi i pora w.ob. 150 g , kisiel płynny 250 ml , koktajl truskawkowy 200 g (***MLE***), sos jarzynowy w.ob. 100 ml (***GLU, SEL***),	masło 15g 1 szt (***MLE***), herbata z cukrem 250 ml , Kiełbasa krakowska 60 g (***GLU***), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***), sałatka z ogórka św ze słonecznikiem 80 g (***GLU, ORZ***), Chleb mieszany 100 g (***GLU***),
Wartości odżywcze: Energia : 2368.04 kcal; Białko ogółem: 115.38 g; Tłuszcz: 58.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.05 g; Cholesterol: 496.86 mg; Węglowodany ogółem: 319.99 g; Cukry proste: 44.54 g; Sód: 1428.25 mg; Błonnik pokarmowy: 32.24 g;		
wtorek 2024-01-16	**Dieta: PASŁĘK - 2**	
masło 15g 1 szt (***MLE***), kawa z ml. 250 ml (***GLU, MLE***), Twaróg z jogurtem 60 g (***MLE***), Mus z jabłka bez cukru 80 g , chleb balt. 100 g (***GLU***), manna na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), Baleron drobiowy 30 g (***GLU***),	lane ciasto na wyw 400 ml (***GLU, JAJ, SEL***), udko ćw.duszone 150 g (***GLU***), ryż biały na sypko 150 g , marchew oprószana 150 g (***GLU***), kisiel płynny 250 ml , koktajl truskawkowy 200 g (***MLE***), sos jarzynowy w.ob. 100 ml (***GLU, SEL***),	masło 15g 1 szt (***MLE***), herbata z cukrem 250 ml , Kiełbasa krakowska 60 g (***GLU***), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***), chleb balt. 100 g (***GLU***), sałatka z selera i jabłka 80 g (***SEL***),
Wartości odżywcze: Energia : 2371.31 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 56.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.89 g; Cholesterol: 499.96 mg; Węglowodany ogółem: 325.22 g; Cukry proste: 58.22 g; Sód: 1783.09 mg; Błonnik pokarmowy: 31.65 g;		
wtorek 2024-01-16	**Dieta: PASŁĘK - 3**	
Masło 10g 1 szt (***MLE***), Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***), Twaróg z jogurtem 60 g (***MLE***), Mus z jabłka bez cukru 80 g , chleb baltonowski 100 g (***GLU***), manna na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), Baleron drobiowy 30 g (***GLU***),	lane ciasto na wyw 400 ml (***GLU, JAJ, SEL***), udko ćw.duszone 150 g (***GLU***), ryż biały na sypko 150 g , marchew oprószana 150 g (***GLU***), kisiel płynny 250 ml , koktajl truskawkowy 200 g (***MLE***), Sos jarzynowy 100 ml (***GLU, SEL***),	Masło 10g 1 szt (***MLE***), herbata z cukrem 250 ml , Kiełbasa krakowska 60 g (***GLU***), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), sałatka z selera i jabłka 80 g (***SEL***),
Wartości odżywcze: Energia : 2298.31 kcal; Białko ogółem: 113.20 g; Tłuszcz: 52.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.89 g; Cholesterol: 475.16 mg; Węglowodany ogółem: 325.15 g; Cukry proste: 58.22 g; Sód: 1782.19 mg; Błonnik pokarmowy: 31.65 g;		
wtorek 2024-01-16	**Dieta: PASŁĘK - 4**	
masło 15g 1 szt (***MLE***), manna na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), kawa z ml. 250 ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100 g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ***), Twaróg z jogurtem 60 g (***MLE***), Mus z jabłka bez cukru 80 g , Baleron drobiowy 30 g (***GLU***),	lane ciasto na wyw 400 ml (***GLU, JAJ, SEL***), potrawka z udka ćwiartki 150 g (***GLU, SEL***), ryż biały na sypko 150 g , Kisiel płynny 250 ml , marchew oprószana 150 g (***GLU***), koktajl truskawkowy 200 g (***MLE***),	masło 15g 1 szt (***MLE***), herbata z cukrem 250 ml , Szynka gotowana 60 g (***SOJ***), chleb pszenny 100 g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ***), sałatka z selera i jabłka 80 g (***SEL***), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***),
Wartości odżywcze: Energia : 2288.57 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.63 g; Cholesterol: 433.90 mg; Węglowodany ogółem: 310.46 g; Cukry proste: 57.58 g; Sód: 1224.91 mg; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;		
wtorek 2024-01-16	**Dieta: PASŁĘK - 6**	
masło 15g 1 szt (***MLE***), kawa z ml b/c 250 ml (***GLU, MLE***), chleb graham 100 g (***GLU***), manna na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), Twaróg z jogurtem 60 g (***MLE***), Pomidor 80 g , szczypior 3 g , Baleron drobiowy 30 g (***GLU***), **II Śniadanie:** kalafior z pieca z ziołami 150 g (***MLE***),	udko ćw.duszone 150 g (***GLU***), ryż brązowy 150 g , surówka z marchwi i pora w.ob. 150 g , kisiel płynny b/c 250 ml , lane ciasto na wyw 400 ml (***GLU, JAJ, SEL***), sos jarzynowy w.ob. 100 ml (***GLU, SEL***), **Podwieczorek:** kefir 200g 1 szt ,	herbata b/c 250 ml , masło 15g 1 szt (***MLE***), Kiełbasa krakowska 60 g (***GLU***), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***), sałatka z ogórka św ze słonecznikiem 80 g (***GLU, ORZ***), chleb graham 100 g (***GLU***),
Wartości odżywcze: Energia : 2344.40 kcal; Białko ogółem: 115.20 g; Tłuszcz: 61.24 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.65 g; Cholesterol: 495.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.97 g; Cukry proste: 12.34 g; Sód: 1204.18 mg; Błonnik pokarmowy: 33.04 g;		
wtorek 2024-01-16	**Dieta: PASŁĘK - 14**	
Manna na mleku z masłem /zmiksowana/ 500 ml (***GLU, JAJ, MLE***), **II Śniadanie:** Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ***),	Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500 ml (***GLU, SEL***), **Podwieczorek:** Budyń płynny z masłem 250 ml (***GLU, JAJ, MLE***),	Płatki kukurydziane na mleku z masłem /zmiksowane/ 500 ml (***GLU, MLE***),
Wartości odżywcze: Energia : 2375.54 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 72.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.75 g; Cholesterol: 884.30 mg; Węglowodany ogółem: 302.29 g; Cukry proste: 22.28 g; Sód: 1698.34 mg; Błonnik pokarmowy: 11.31 g;		

Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone