

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<p>czwartek 2024-01-18 Dieta: PASŁĘK - 1</p>		
masło 15g 1 szt (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Szynkóweczka 60 g, sałatka z pomidora i rukoli ze słonecznikiem 100 g (GLU, ORZ), Chleb razowy 30 g (GLU), bułka grahamka 70 g (GLU), makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser deliser plaster 1 szt (MLE),	fasolowa w.ob. 400 ml (GLU, SEL), kotlet mielony 90 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), ziemniaki 150 g, surówka wiosenna 150 g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, kiwi 1 szt,	masło 15g 1 szt (MLE), herbata z cukrem 250 ml, Pasta z jajka ze szczypiorkiem 50 g (JAJ, MLE), baleron drobiowy 30 g (GLU), ogórek świeży 50 g, Rzodkiewka 30 g, Chleb razowy 100 g (GLU),
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2262.25 kcal; Białko ogółem: 110.43 g; Tłuszcz: 59.32 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.06 g; Cholesterol: 655.50 mg; Węglowodany ogółem: 287.29 g; Cukry proste: 32.49 g; Sód: 1790.10 mg; Błonnik pokarmowy: 31.36 g;</p>		
<p>czwartek 2024-01-18 Dieta: PASŁĘK - 2</p>		
masło 15g 1 szt (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Szynkóweczka 60 g, sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL), chleb baltonowski 100 g (GLU), makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser deliser plaster 1 szt (MLE),	Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, ziemniaki 150 g, koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), jarzyna got w.obr. 150 g (GLU, SEL), kiwi 1 szt,	masło 15g 1 szt (MLE), herbata z cukrem 250 ml, Pasta z jajka z koperkiem 50 g (JAJ, MLE), baleron drobiowy 30 g (GLU), chleb bałt. 100 g (GLU), sałatka z cukinii 80 g,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2210.56 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 57.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.75 g; Cholesterol: 295.28 mg; Węglowodany ogółem: 276.42 g; Cukry proste: 37.63 g; Sód: 1963.51 mg; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;</p>		
<p>czwartek 2024-01-18 Dieta: PASŁĘK - 3</p>		
Masło 10g 1 szt (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Szynkóweczka 60 g, chleb baltonowski 100 g (GLU), makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL),	koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), ziemniaki 150 g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, jarzyna got w.obr. 150 g (GLU, SEL), kisiel z czarnej porzeczeki z/c 200 g,	Masło 10g 1 szt (MLE), herbata z cukrem 250 ml, pasta z białka z koperkiem 50 g, baleron drobiowy 30 g (GLU), chleb baltonowski 100 g (GLU), sałatka z cukinii 80 g,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2101.23 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 43.29 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.47 g; Cholesterol: 221.56 mg; Węglowodany ogółem: 275.44 g; Cukry proste: 37.99 g; Sód: 1971.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;</p>		
<p>czwartek 2024-01-18 Dieta: PASŁĘK - 4</p>		
masło 15g 1 szt (MLE), Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), kawa z ml. 250 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), Szynkóweczka 60 g, sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL),	koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), Ziemniaki z natką pietruszki 150 g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, jarzyna got w.obr. 150 g (GLU, SEL), kisiel z czarnej porzeczeki z/c 200 g,	masło 15g 1 szt (MLE), herbata z cukrem 250 ml, Baleron drobiowy 30 g (GLU), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), Pasta z jajka z koperkiem 50 g (JAJ, MLE), sałatka z cukinii 80 g,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2091.22 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 53.09 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.47 g; Cholesterol: 295.96 mg; Węglowodany ogółem: 274.65 g; Cukry proste: 36.99 g; Sód: 1706.42 mg; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;</p>		
<p>czwartek 2024-01-18 Dieta: PASŁĘK - 6</p>		
masło 15g 1 szt (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), Szynkóweczka 60 g, sałatka z pomidora i rukoli ze słonecznikiem 100 g (GLU, ORZ), Chleb razowy 30 g (GLU), bułka grahamka 70 g (GLU), makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser deliser plaster 1 szt (MLE), II Śniadanie: koktajl truskawkowy b/c 200 g (MLE),	koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), ziemniaki 150 g, surówka wiosenna 150 g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), Podwieczorek: kisiel z czarnej porzeczeki b/c 200 g,	Herbata bez cukru 250 ml, masło 15g 1 szt (MLE), Chleb razowy 100 g (GLU), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 50 g (JAJ, MLE), baleron drobiowy 30 g (GLU), ogórek świeży 50 g, Rzodkiewka 30 g,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2085.00 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 47.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.62 g; Cholesterol: 262.68 mg; Węglowodany ogółem: 252.87 g; Cukry proste: 7.46 g; Sód: 1681.65 mg; Błonnik pokarmowy: 29.72 g;</p>		
<p>czwartek 2024-01-18 Dieta: PASŁĘK - 14</p>		
Makaron na mleku /zmiksowany/ 500 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), II Śniadanie: koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200 g (MLE),	Ryż na wywarze na łąpacce z małym /zmiksowany/ 500 ml (SEL), Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem /zmiksowany/ 250 ml,	Manna na mleku z masłem /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE),
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2184.27 kcal; Białko ogółem: 70.31 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.49 g; Cholesterol: 309.20 mg; Węglowodany ogółem: 191.28 g; Cukry proste: 18.50 g; Sód: 1007.92 mg; Błonnik pokarmowy: 11.67 g;</p>		

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny