

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 1 PODSTAWOWA</b>		
Bułka grahamka 70 g (GLU), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), Pomidor 50 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Masło 15g 1 szt (MLE), Chleb razowy 50 g (GLU), papryka 30 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Płatki jaglane na mleku 300 ml (MLE),	Kalafiorowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Karkówka w sosie własnym 90 g (GLU), Ziemniaki 150 g, Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL),	Masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g (GLU), ryba po grecku 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Herbata z cukrem 250 ml, Ogórek świeży 80 g, Chleb razowy 100 g (GLU),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2208.92 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 57.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.32 g; Cholesterol: 385.86 mg; Węglowodany ogółem: 259.14 g; Cukry proste: 39.16 g; Sód: 1767.31 mg; Błonnik pokarmowy: 31.88 g;		
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 2 ŁATWOSTRAWNA</b>		
Kielbasa krakowska 30 g (GLU), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Masło 15g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi 80 g, Płatki jaglane na mleku 300 ml (MLE), chleb bałt. 100 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE),	Kalafiorowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL),	Masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g (GLU), Herbata z cukrem 250 ml, sałatka z cukinii 80 g, ryba po grecku bez panierki 100 g (GLU, RYB, SEL),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2182.73 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz: 53.06 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.06 g; Cholesterol: 224.88 mg; Węglowodany ogółem: 260.75 g; Cukry proste: 39.24 g; Sód: 1824.23 mg; Błonnik pokarmowy: 31.72 g;		
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA</b>		
Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Płatki jaglane na mleku 300 ml (MLE), Sałatka z marchwi 80 g, chleb baltonowski 100 g (GLU), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), masło 10g 1 szt (MLE),	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Ziemniaki 150 g, manna na wywarze w.ob. 400 ml (GLU, SEL), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL),	sałatka z cukinii 80 g, Baleron drobiowy 30 g (GLU), Herbata z cukrem 250 ml, chleb baltonowski 100 g (GLU), ryba po grecku bez panierki 100 g (GLU, RYB, SEL), masło 10g 1 szt (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2068.53 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.08 g; Cholesterol: 183.98 mg; Węglowodany ogółem: 260.42 g; Cukry proste: 38.66 g; Sód: 1988.13 mg; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;		
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA</b>		
Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Szynka gotowana 30 g (SOJ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), Masło 15g 1 szt (MLE), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Płatki jaglane na mleku 300 ml (MLE), Sałatka z marchwi 80 g,	Kalafiorowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), klopsik wp. z szynki got. 90 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z cukrem 250 ml, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE),	pulpet z ryby w sosie greckim 100 g (GLU, RYB, SEL), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), Masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g (GLU), Herbata z cukrem 250 ml, sałatka z cukinii 80 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2155.13 kcal; Białko ogółem: 76.36 g; Tłuszcz: 47.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.68 g; Cholesterol: 248.70 mg; Węglowodany ogółem: 267.28 g; Cukry proste: 37.96 g; Sód: 1361.12 mg; Błonnik pokarmowy: 31.88 g;		
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 6 CUKRZYCOWA</b>		
Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Płatki jaglane na mleku 300 ml (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50 g (GLU), papryka 30 g, Masło 15g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), Pomidor 50 g, Bułka grahamka 70 g (GLU), <b>II Śniadanie:</b> mandarynka 1 szt,	Kalafiorowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Ziemniaki 150 g, Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250 ml, Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), <b>Podwieczorek:</b> serek wiejski 100 g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 50 g,	Masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g (GLU), ryba po grecku 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ogórek świeży 80 g, Herbata bez cukru 250 ml, Chleb razowy 100 g (GLU),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2246.68 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.81 g; Cholesterol: 381.06 mg; Węglowodany ogółem: 247.67 g; Cukry proste: 31.00 g; Sód: 1721.75 mg; Błonnik pokarmowy: 33.00 g;		
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 14 PŁYNNA WZBOGACONA</b>		
Płatki jaglane na mleku z masłem /zmiksowane/ 500 ml (GLU, MLE), <b>II Śniadanie:</b> Galaretką z chrupkami /zmiksowana/ 250 ml (GLU, MLE),	Manna na wywarze z filetem /zmiksowane/ 500 ml (GLU, SEL), <b>Podwieczorek:</b> Biszkopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Ryż na mleku z masłem /zmiksowany/ 500 ml (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2232.05 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.82 g; Cholesterol: 413.10 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 13.17 g;		