Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Pasłęk

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-12	**Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA**	
masło 15g 1 szt (***MLE***), Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***), Chleb mieszany 30 g (***GLU***), makaron na mleku 300 ml (***GLU, JAJ, MLE***), Ser deliser 20g 1 szt (***MLE***), Kiełbasa krakowska 60 g (***GLU***), Pomidor 80 g , Bułka grahamka 70 g ,	Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml , surówka z warzyw mieszanych 150 g (***SEL, GOR***), Ogórkowa w. ob. 400 ml (***GLU, SEL***), Jabłko 150 g , kasza jęczmienna 150 g (***GLU***), Sos jarzynowy 100 ml (***GLU, SEL***), kotlet pożarski smażony 90 g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ***),	masło 15g 1 szt (***MLE***), herbata z cukrem 250 ml , sałatka wiosenna 80 g , polędwica sopocka 30 g , Ser żółty 60 g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Energia : 2236.80 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; Tłuszcz: 73.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.30 g; Cholesterol: 178.27 mg; Węglowodany ogółem: 320.74 g; Cukry proste: 49.21 g; Sód: 867.37 mg; Błonnik pokarmowy: 30.70 g;		
poniedziałek 2024-02-12	**Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA**	
masło 15g 1 szt (***MLE***), Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), makaron na mleku 300 ml (***GLU, JAJ, MLE***), Ser deliser 20g 1 szt (***MLE***), Kiełbasa krakowska 60 g (***GLU***), Pomidor bez skóry 80 g ,	kasza jęczmienna 150 g (***GLU***), klopsik drobiowy z pieca 90 g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ***), Sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (***SEL***), Sos jarzynowy 100 ml (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml , Koperkowa z ryżem 400 ml (***SEL***),	masło 15g 1 szt (***MLE***), herbata z cukrem 250 ml , chleb baltonowski 100 g (***GLU***), sałatka z marchwi i selera z olejem 80 g , Polędwica sopocka 60 g , Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***),
Wartości odżywcze: Energia : 2101.07 kcal; Białko ogółem: 64.93 g; Tłuszcz: 73.61 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.82 g; Cholesterol: 133.90 mg; Węglowodany ogółem: 261.63 g; Cukry proste: 50.42 g; Sód: 1252.12 mg; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;		
poniedziałek 2024-02-12	**Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA**	
Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), makaron na mleku 300 ml (***GLU, JAJ, MLE***), Ser deliser 20g 1 szt (***MLE***), Szynka gotowana 60 g (***SOJ***), Pomidor bez skóry 80 g , Masło 10g 1 szt (***MLE***),	Kompot z owoców mieszanych 250 ml , Sos jarzynowy 100 ml (***GLU, SEL***), Koperkowa z ryżem 400 ml (***SEL***), Kasza jęczmienna 150 g (***GLU***), klopsik drobiowy z pieca 90 g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ***), Sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (***SEL***),	Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (***GLU, MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Polędwica sopocka 60 g , sałatka z marchwi i selera z olejem 80 g , Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***), Masło 10g 1 szt (***MLE***),
Wartości odżywcze: Energia : 2043.97 kcal; Białko ogółem: 69.15 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.12 g; Cholesterol: 93.00 mg; Węglowodany ogółem: 322.52 g; Cukry proste: 51.32 g; Sód: 1458.57 mg; Błonnik pokarmowy: 30.21 g;		
poniedziałek 2024-02-12	**Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA**	
masło 15g 1 szt (***MLE***), Makaron na mleku 300 ml (***GLU, JAJ, MLE***), kawa z ml. 250 ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100 g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ***), Szynka gotowana 60 g (***SOJ***), Pomidor bez skóry 80 g ,	Koperkowa z ryżem 400 ml (***SEL***), klopsik drobiowy z pieca 90 g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ***), Ziemniaki 150 g , Kompot z owoców mieszanych 250 ml , Sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (***SEL***), Sos jarzynowy 100 ml (***GLU, SEL***),	masło 15g 1 szt (***MLE***), herbata z cukrem 250 ml , Polędwica sopocka 60 g , chleb pszenny 100 g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ***), sałatka z marchwi i selera z olejem 80 g , Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***),
Wartości odżywcze: Energia : 2026.67 kcal; Białko ogółem: 76.73 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 10.12 g; Cholesterol: 133.90 mg; Węglowodany ogółem: 314.23 g; Cukry proste: 48.02 g; Sód: 778.12 mg; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;		
poniedziałek 2024-02-12	**Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA**	
masło 15g 1 szt (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (***GLU, MLE***), Chleb mieszany 30 g (***GLU***), makaron na mleku 300 ml (***GLU, JAJ, MLE***), Ser deliser 20g 1 szt (***MLE***), Kiełbasa krakowska 60 g (***GLU***), Pomidor 80 g , Bułka grahamka 70 g , **II Śniadanie:** kisiel z truskawkami b/c 200 g ,	kasza jęczmienna 150 g (***GLU***), klopsik drobiowy z pieca 90 g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ***), surówka z warzyw mieszanych 150 g (***SEL, GOR***), Koperkowa z ryżem 400 ml (***SEL***), Sos jarzynowy 100 ml (***GLU, SEL***), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250 ml , **Podwieczorek:** zapiekanka brokułowa z masłem 150 g (***GLU, JAJ, MLE***),	masło 15g 1 szt (***MLE***), Herbata bez cukru 250 ml , Ser żółty 60 g (***MLE***), sałatka wiosenna 80 g , polędwica sopocka 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2150.42 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 75.89 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.71 g; Cholesterol: 178.27 mg; Węglowodany ogółem: 269.90 g; Cukry proste: 31.59 g; Sód: 1056.05 mg; Błonnik pokarmowy: 31.80 g;		
poniedziałek 2024-02-12	**Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGACONA**	
Makaron na mleku /zmiksowany/ 500 ml (***GLU, JAJ, MLE***), **II Śniadanie:** Suchary na mleku z masłem /zmiksowane/ 250 ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),	Ziemniaczanka na filecie /zmiksowana/ 500 g (***SEL***), **Podwieczorek:** Kisiel z jabłkiem /zmiksowany/ 250 ml ,	Ryż na mleku z masłem /zmiksowany/ 500 ml (***MLE***),
Wartości odżywcze: Energia : 2232.05 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 77.76 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.82 g; Cholesterol: 413.10 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 13.17 g;		

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