Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Pasłęk

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-02-14	**Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA**	
Bułka grahamka 70 g , Ser tostowy 60 g (MLE), 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, SEL), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250 g (MLE), Mandarynka 1 szt , Kisiel płynny 250 ml , Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (MLE),	Masło 15g 1 szt (MLE), Miód 25g 1 szt , Serek wiejski 60 g (MLE), Herbata z cukrem 250 ml , Ogórek świeży 80 g , Chleb razowy 100 g (GLU),
Wartości odżywcze: 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;		
środa 2024-02-14	**Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA**	
Ser deliser 20g 3 szt (MLE), 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 balt. 100 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE),	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250 g (MLE), Kisiel płynny 250 ml , Kefir 200g 1 szt (MLE), Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (MLE),	Masło 15g 1 szt (MLE), Miód 25g 1 szt , Herbata z cukrem 250 ml , sałatka z cukinii 80 g , Serek wiejski 60 g (MLE),
Wartości odżywcze: : 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;		
środa 2024-02-14	**Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA**	
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), Ser deliser 20g 3 szt (MLE), masło 10g 1 szt (MLE),	Kefir 200g 1 szt (MLE), Kisiel płynny 250 ml , Zapiekanka z ryżu i jabłka 250 g (MLE), Ziemniaczanka z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL), Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (MLE),	sałatka z cukinii 80 g , Miód 25g 1 szt , Herbata z cukrem 250 ml , chleb baltonowski 100 g (GLU), Serek wiejski 60 g (MLE), masło 10g 1 szt (MLE),
Wartości odżywcze: 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;		
środa 2024-02-14	**Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA**	
Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), Masło 15g 1 szt (MLE), Serek Hochland twarogowy 30g 2 g (MLE), Płatki jaglane na mleku 300 ml (MLE), Sałatka z marchwi 80 g ,	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250 g (MLE), Kisiel płynny 250 ml , Sos jogurtowo-truskawkowy 150 g (MLE), Kefir 200g 1 szt (MLE),	Serek wiejski 60 g (MLE), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), Masło 15g 1 szt (MLE), Miód 1 szt , Herbata z cukrem 250 ml , sałatka z cukinii 80 g ,
Wartości odżywcze: 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;		
środa 2024-02-14	**Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA**	
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), Ser tostowy 60 g (MLE), Pomidor 50 g , Bułka grahamka 70 g , **II Śniadanie:** Mandarynka 2 szt ,	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250 g (MLE), Kisiel płynny bez cukru 250 ml , Sos jogurtowo-truskawkowy bez cukru 150 g (MLE), **Podwieczorek:** Surówka z marchwi z olejem 110 g ,	Masło 15g 1 szt (MLE), Serek tartare 20g 1 szt , Serek wiejski 60 g (MLE), Ogórek świeży 80 g , Herbata bez cukru 250 ml , Chleb razowy 100 g (GLU),
Wartości odżywcze: 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;		
środa 2024-02-14	**Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGACONA**	
Płatki jaglane na mleku z masłem /zmiksowane/ 500 ml (***GLU, MLE***), **II Śniadanie:** Galaretka z chrupkami /zmiksowana/ 250 ml (***GLU, MLE***),	Manna na wywarze z filetem /zmiksowane/ 500 ml (***GLU, SEL***), **Podwieczorek:** Biszkopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250 ml (***GLU, JAJ, MLE***),	Ryż na mleku z masłem /zmiksowany/ 500 ml (***MLE***),
Wartości odżywcze: 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;		

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