

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-06		
Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA		
<p>Płatki jaglane na mleku 300 ml (<i>MLE</i>), Bułka grahamka 70 g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60 g (<i>GLU</i>), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (<i>MLE</i>), Pomidor 50 g , papryka 30 g , Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p>	<p>Kalafiorowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>), Kotlet schabowy 100 g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>),</p>	<p>Chleb razowy 100 g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Pasta z gotowanego mintaja 60 g (<i>RYB</i>), Baleron drobiowy 30 g , Ogórek świeży 80 g , Herbata z cukrem 250 ml ,</p>
<p>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;</p>		
środa 2024-03-06		
Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA		
<p>Płatki jaglane na mleku 300 ml (<i>MLE</i>), chleb bałt. 100 g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60 g (<i>GLU</i>), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (<i>MLE</i>), Sałatka z marchwi 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p>	<p>Kalafiorowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>), Schab duszony 90 g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Ziemniaki 150 g , Sos pomidorowy 100 ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>),</p>	<p>Chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Pasta z gotowanego mintaja 60 g (<i>RYB</i>), Baleron drobiowy 30 g , Sałatka z cukinii 80 g , Herbata z cukrem 250 ml ,</p>
<p>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;</p>		
środa 2024-03-06		
Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA		
<p>Płatki jaglane na mleku 300 ml (<i>MLE</i>), chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60 g (<i>GLU</i>), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (<i>MLE</i>), Sałatka z marchwi 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p>	<p>Ziemniaczanka z natką pietruszki 400 ml (<i>GLU, SEL</i>), Schab duszony 90 g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Ziemniaki 150 g , Sos pomidorowy 100 ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>),</p>	<p>chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), Pasta z gotowanego mintaja 60 g (<i>RYB</i>), Baleron drobiowy 30 g , masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>), Sałatka z cukinii 80 g , Herbata z cukrem 250 ml ,</p>
<p>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;</p>		
środa 2024-03-06		
Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA		
<p>Płatki jaglane na mleku 300 ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Szynka gotowana 60 g (<i>SOJ</i>), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (<i>MLE</i>), Sałatka z marchwi 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p>	<p>Kalafiorowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>), Klopsik wp gotowany 90 g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Ziemniaki 150 g , Sos pomidorowy 100 ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>),</p>	<p>chleb pszenny 100 g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Pasta z gotowanego mintaja 60 g (<i>RYB</i>), Baleron drobiowy 30 g , Sałatka z cukinii 80 g , Herbata z cukrem 250 ml ,</p>
<p>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;</p>		
środa 2024-03-06		
Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA		
<p>Płatki jaglane na mleku 300 ml (<i>MLE</i>), Bułka grahamka 70 g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 60 g (<i>GLU</i>), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (<i>MLE</i>), Pomidor 50 g , papryka 30 g , Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), II Śniadanie: Mandarynka 2 szt ,</p>	<p>Kalafiorowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>), Schab duszony 90 g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Ziemniaki 150 g , Sos pomidorowy 100 ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250 ml , Podwieczorek: Pieczywo razowe wasa 2 szt (<i>GLU</i>), Mus z jabłka bez cukru 50 g ,</p>	<p>Chleb razowy 100 g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Pasta z gotowanego mintaja 60 g (<i>RYB</i>), Baleron drobiowy 30 g , Ogórek świeży 80 g , Herbata bez cukru 250 ml ,</p>
<p>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;</p>		
środa 2024-03-06		
Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNNA WZBOGACONA		
<p>Płatki jaglane z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowane/ 500 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), II Śniadanie: Galaretką z chrupkami /zmiksowana/ 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),</p>	<p>Kalafiorowa na schabie /zmiksowana/ 500 ml (<i>SEL</i>), Podwieczorek: Biszkoty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),</p>	<p>Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),</p>
<p>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;</p>		