Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Pasłęk

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11	**Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA**	
Makaron na mleku 300 ml (***GLU, JAJ, MLE***), bułka grahamka 70 g (***GLU***), Chleb razowy 30 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Baleron drobiowy 60 g , Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***), Papryka słupki 30 g , Ogórek świeży 30 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***),	Barszcz biały 400 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR***), kotlet mielony 90 g (***GLU, JAJ***), surówka z kapusty czerwonej 150 g , Ziemniaki z natką pietruszki 150 g , kompot truskawkowy z/c 250 ml , Jabłko 150 g ,	Chleb razowy 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Jajko gotowane 50 g (***JAJ***), Kiełbasa krakowska 30 g (***GLU***), sałatka z pomidora i rukoli ze słonecznikiem 100 g (***GLU, ORZ***), herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2203.58 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 56.45 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.59 g; Cholesterol: 648.74 mg; Węglowodany ogółem: 277.26 g; Cukry proste: 31.16 g; Sód: 1363.32 mg; Błonnik pokarmowy: 34.37 g;		
poniedziałek 2024-03-11	**Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA**	
Makaron na mleku 300 ml (***GLU, JAJ, MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Baleron drobiowy 60 g , Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***), sałatka z buraczków 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***),	Barszcz biały 400 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR***), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (***GLU, JAJ***), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (***SEL***), Ziemniaki z natką pietruszki 150 g , Sos koperkowy 100 ml (***GLU, SEL***), kompot truskawkowy z/c 250 ml ,	chleb baltonowski 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Jajko gotowane 50 g (***JAJ***), Kiełbasa krakowska 30 g (***GLU***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2090.73 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 46.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.53 g; Cholesterol: 656.04 mg; Węglowodany ogółem: 305.18 g; Cukry proste: 57.19 g; Sód: 1975.19 mg; Błonnik pokarmowy: 32.09 g;		
poniedziałek 2024-03-11	**Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA**	
Makaron na mleku 300 ml (***GLU, JAJ, MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Masło 10g 1 szt (***MLE***), Baleron drobiowy 60 g , Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***), sałatka z buraczków 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***),	Barszcz biały bez śmietany 400 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR***), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (***GLU, JAJ***), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (***SEL***), Ziemniaki z natką pietruszki 150 g , Sos koperkowy 100 ml (***GLU, SEL***), Kompot truskawkowy 250 ml ,	chleb baltonowski 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), pasta z białka z koperkiem 50 g (***JAJ***), Kiełbasa krakowska 30 g (***GLU***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2032.35 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 37.24 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.31 g; Cholesterol: 270.64 mg; Węglowodany ogółem: 304.77 g; Cukry proste: 57.19 g; Sód: 1831.70 mg; Błonnik pokarmowy: 32.09 g;		
poniedziałek 2024-03-11	**Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA**	
Makaron na mleku 300 ml (***GLU, JAJ, MLE***), chleb pszenny 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Baleron drobiowy 60 g , Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***), sałatka z buraczków 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***),	Barszcz biały 400 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR***), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (***GLU, JAJ***), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (***SEL***), Ziemniaki z natką pietruszki 150 g , Sos koperkowy 100 ml (***GLU, SEL***), Kompot truskawkowy 250 ml ,	chleb pszenny 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Pasta z jajka z koperkiem 50 g (***JAJ, MLE***), Szynka gotowana 30 g (***SOJ***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2066.46 kcal; Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 45.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.38 g; Cholesterol: 651.07 mg; Węglowodany ogółem: 304.46 g; Cukry proste: 56.41 g; Sód: 1475.75 mg; Błonnik pokarmowy: 32.09 g;		
poniedziałek 2024-03-11	**Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA**	
Makaron na mleku 300 ml (***GLU, JAJ, MLE***), Bułka grahamka 70 g (***GLU***), Chleb razowy 30 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Baleron drobiowy 60 g , Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (***MLE***), Papryka słupki 30 g , Ogórek świeży 30 g , Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (***GLU, MLE***), **II Śniadanie:** koktajl z owoców miesz b/c 200 g (***MLE***),	Barszcz biały bez śmietany 400 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR***), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (***GLU, JAJ***), surówka z kapusty czerwonej 150 g , Ziemniaki z natką pietruszki 150 g , Sos koperkowy 100 ml (***GLU, SEL***), kompot truskawkowy b/c 250 ml , **Podwieczorek:** Kisiel z owocami leśnymi bez cukru 200 g ,	Chleb razowy 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Jajko gotowane 50 g (***JAJ***), Kiełbasa krakowska 30 g (***GLU***), sałatka z pomidora i rukoli ze słonecznikiem 100 g (***GLU, ORZ***), Herbata bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2101.37 kcal; Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 47.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.56 g; Cholesterol: 656.04 mg; Węglowodany ogółem: 244.27 g; Cukry proste: 10.93 g; Sód: 1370.71 mg; Błonnik pokarmowy: 35.79 g;		
poniedziałek 2024-03-11	**Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGACONA**	
Makaron z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (***GLU, JAJ, MLE***), **II Śniadanie:** koktajl z owoców mieszanych /zmiksowany/ 200 g (***MLE***),	Ziemniaczanka na łopatce /zmiksowana/ 500 g (***SEL***), **Podwieczorek:** Kisiel z czarnej porzeczki /zmiksowany/ 200 g ,	Płatki jaglane z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowane/ 500 ml (***GLU, JAJ, MLE***),
Wartości odżywcze: Energia : 2102.85 kcal; Białko ogółem: 72.30 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.00 g; Cholesterol: 335.60 mg; Węglowodany ogółem: 235.80 g; Cukry proste: 29.10 g; Sód: 1049.25 mg; Błonnik pokarmowy: 13.47 g;		

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