Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Pasłęk

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15	**Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA**	
płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), Bułka grahamka 70 g (***GLU***), Chleb razowy 30 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), twaróg z jogurtem 60 g (***MLE***), Krem orzechowy 1 szt (***GLU, MLE, ORZ***), papryka 30 g , Mix sałat 30 g , kawa z ml. 250 ml (***GLU, MLE***),	brokułowa mr. ze śm. w.ob. 400 ml (***GLU, SEL***), łosoś z pieca 90 g (***RYB***), surówka z kapusty kiszonej 150 g , Ziemniaki z koperkiem 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Koktajl truskawka-czarna porz. 200 g (***MLE***),	Chleb razowy 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Pasztet drobiowy 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR***), serek tartare 20g 1 szt , ćwikła z chrzanem 50 g , pomidorki koktajlowe 30 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2161.92 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.19 g; Cholesterol: 205.48 mg; Węglowodany ogółem: 280.39 g; Cukry proste: 46.03 g; Sód: 1636.23 mg; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;		
piątek 2024-03-15	**Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA**	
płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), twaróg z jogurtem 60 g (***MLE***), Krem orzechowy 1 szt (***GLU, MLE, ORZ***), Mix sałat 30 g , kawa z ml. 250 ml (***GLU, MLE***),	brokułowa mr. ze śm. w.ob. 400 ml (***GLU, SEL***), filet z dorsza z pieca 90 g (***GLU***), sos grecki 150 g (***GLU, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Koktajl truskawka-czarna porz. 200 g (***MLE***),	chleb baltonowski 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Pasztet drobiowy 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR***), serek tartare 20g 1 szt , sałatka z buraczków 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2104.83 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 49.16 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.00 g; Cholesterol: 365.37 mg; Węglowodany ogółem: 316.95 g; Cukry proste: 45.70 g; Sód: 1474.40 mg; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;		
piątek 2024-03-15	**Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA**	
płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Masło 10g 1 szt (***MLE***), twaróg z jogurtem 60 g (***MLE***), Mus z jabłka bez cukru 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***),	Brokułowa 400 ml (***GLU, SEL***), filet z dorsza z pieca 90 g (***GLU***), sos grecki 150 g (***GLU, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Koktajl truskawka-czarna porzeczka 200 g (***MLE***),	chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Masło 10g 1 szt (***MLE***), szynka gotowana 60 g (***SOJ***), serek tartare 20g 1 szt , sałatka z buraczków 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2055.89 kcal; Białko ogółem: 91.02 g; Tłuszcz: 39.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.99 g; Cholesterol: 291.58 mg; Węglowodany ogółem: 316.17 g; Cukry proste: 57.68 g; Sód: 1272.36 mg; Błonnik pokarmowy: 31.44 g;		
piątek 2024-03-15	**Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA**	
Płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60 g (***MLE***), Krem orzechowy 1 szt (***GLU, MLE, ORZ***), Mus z jabłka bez cukru 80 g , kawa z ml. 250 ml (***GLU, MLE***),	Brokułowa 400 ml (***GLU, SEL***), pulpet rybny 90 g (***GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL***), sos grecki 150 g (***GLU, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , sos grecki 150 g (***GLU, SEL***), Koktajl truskawka-czarna porzeczka 200 g (***MLE***),	chleb pszenny 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Szynka gotowana 60 g (***SOJ***), serek tartare 20g 1 szt , sałatka z buraczków 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2049.04 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz: 47.55 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.13 g; Cholesterol: 249.56 mg; Węglowodany ogółem: 307.15 g; Cukry proste: 48.71 g; Sód: 851.23 mg; Błonnik pokarmowy: 31.70 g;		
piątek 2024-03-15	**Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA**	
płatki owsiane na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), Bułka grahamka 70 g (***GLU***), Chleb razowy 30 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), twaróg z jogurtem 60 g (***MLE***), Mus z jabłka bez cukru 50 g , papryka 30 g , Mix sałat 30 g , kawa z ml b/c 250 ml (***GLU, MLE***), **II Śniadanie:** koktajl truskawka-czarna porz. b/c 200 g (***MLE***),	brokułowa mr. ze śm. w.ob. 400 ml (***GLU, SEL***), filet z dorsza z pieca 90 g (***GLU***), surówka z kapusty kiszonej 150 g , Ziemniaki z koperkiem 150 g , Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250 ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE***),	Chleb razowy 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), pasztet drob. 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR***), ćwikła z chrzanem 50 g , pomidorki koktajlowe 30 g , serek tartare 20g 1 szt , herbata b/c 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2142.61 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; Tłuszcz: 49.89 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.33 g; Cholesterol: 360.77 mg; Węglowodany ogółem: 271.81 g; Cukry proste: 17.30 g; Sód: 1335.97 mg; Błonnik pokarmowy: 35.84 g;		
piątek 2024-03-15	**Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGACONA**	
Płatki jaglane z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowane/ 500 ml (***GLU, JAJ, MLE***), **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200 g (***MLE***),	Manna na wywarze z filetem /zmiksowane/ 500 ml (***GLU, SEL***), **Podwieczorek:** Chrupki z mlekiem i masłem /zmiksowane/ 250 ml (***MLE***),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (***MLE***),
Wartości odżywcze: Energia : 2391.01 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.54 g; Cholesterol: 509.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.11 g; Cukry proste: 11.23 g; Sód: 1802.11 mg; Błonnik pokarmowy: 12.16 g;		

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