Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Pasłęk

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-21	**Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA**	
Zacierka na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), bułka grahamka 70 g (***GLU***), Chleb razowy 30 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Szynkóweczka 60 g (***GLU***), Ser deliser 20g 1 szt (***MLE***), sałatka z pomidora i rukoli ze słonecznikiem 100 g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***),	Grochowa 400 ml (***GLU, SEL***), kotlet mielony 90 g (***GLU, JAJ***), surówka z kapusty pekińskiej 150 g (***GOR***), ziemniaki 150 g , Kompot z owoców mieszanych 250 ml , kiwi 1 szt ,	Chleb razowy 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), Pasta z jajka z koperkiem 50 g (***JAJ, MLE***), baleron drobiowy 30 g , ogórek świeży 50 g , Rzodkiewka 30 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2262.25 kcal; Białko ogółem: 110.43 g; Tłuszcz: 59.32 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.06 g; Cholesterol: 655.50 mg; Węglowodany ogółem: 287.29 g; Cukry proste: 32.49 g; Sód: 1790.10 mg; Błonnik pokarmowy: 31.36 g;		
czwartek 2024-03-21	**Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA**	
Zacierka na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Szynkóweczka 60 g (***GLU***), Ser deliser 20g 1 szt (***MLE***), Sałatka z cukinii 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***),	koperkowa z ryżem 400 ml (***SEL***), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (***GLU, JAJ***), Jarzynka gotowana 150 g (***GLU, SEL***), ziemniaki 150 g , kiwi 1 szt , Kompot z owoców mieszanych 250 ml ,	Chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), Pasta z jajka z koperkiem 50 g (***JAJ, MLE***), baleron drobiowy 30 g , Pomidor bez skóry 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2210.56 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 57.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.75 g; Cholesterol: 295.28 mg; Węglowodany ogółem: 276.42 g; Cukry proste: 37.63 g; Sód: 1963.51 mg; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;		
czwartek 2024-03-21	**Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA**	
Zacierka na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Masło 10g 1 szt (***MLE***), Szynkóweczka 60 g (***GLU***), Ser deliser 20g 1 szt (***MLE***), Sałatka z cukinii 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***),	koperkowa z ryżem 400 ml (***SEL***), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (***GLU, JAJ***), Jarzynka gotowana 150 g (***GLU, SEL***), ziemniaki 150 g , Kompot z owoców mieszanych 250 ml , Kefir 200 g (***MLE***),	chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Masło 10g 1 szt (***MLE***), Pasta z białka z koperkiem 50 g (***JAJ***), baleron drobiowy 30 g , Pomidor bez skóry 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2101.23 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 43.29 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.47 g; Cholesterol: 221.56 mg; Węglowodany ogółem: 275.44 g; Cukry proste: 37.99 g; Sód: 1971.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;		
czwartek 2024-03-21	**Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA**	
Zacierka na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Szynkóweczka 60 g (***GLU***), Sałatka z cukinii 80 g , kawa z ml. 250 ml (***GLU, MLE***),	koperkowa z ryżem 400 ml (***SEL***), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (***GLU, JAJ***), Jarzynka gotowana 150 g (***GLU, SEL***), Ziemniaki z natką pietruszki 150 g , Kompot z owoców mieszanych 250 ml , Kefir 200 g (***MLE***),	chleb pszenny 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), Pasta z jajka z koperkiem 50 g (***JAJ, MLE***), Baleron drobiowy 30 g , Pomidor bez skóry 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2091.22 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 53.09 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.47 g; Cholesterol: 295.96 mg; Węglowodany ogółem: 274.65 g; Cukry proste: 36.99 g; Sód: 1706.42 mg; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;		
czwartek 2024-03-21	**Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA**	
Zacierka na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), Bułka grahamka 70 g (***GLU***), Chleb razowy 30 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Szynkóweczka 60 g (***GLU***), Ser deliser 20g 1 szt (***MLE***), sałatka z pomidora i rukoli ze słonecznikiem 100 g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (***GLU, MLE***), **II Śniadanie:** Kefir 200 g (***MLE***),	koperkowa z ryżem 400 ml (***SEL***), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (***GLU, JAJ***), surówka z kapusty pekińskiej 150 g (***GOR***), ziemniaki 150 g , Sos jarzynowy 100 ml (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych 250 ml , **Podwieczorek:** kisiel z czarnej porzeczki b/c 200 g ,	Chleb razowy 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), Pasta z jajka z koperkiem 50 g (***JAJ, MLE***), baleron drobiowy 30 g , ogórek świeży 50 g , Rzodkiewka 30 g , Herbata bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2085.00 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 47.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.62 g; Cholesterol: 262.68 mg; Węglowodany ogółem: 252.87 g; Cukry proste: 7.46 g; Sód: 1681.65 mg; Błonnik pokarmowy: 29.72 g;		
czwartek 2024-03-21	**Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGACONA**	
Makaron z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (***GLU, JAJ, MLE***), **II Śniadanie:** Kefir 200 g (***MLE***),	Ryż na wywarze na łopatce z masłem /zmiksowany/ 500 ml (***SEL***), **Podwieczorek:** Kisiel z czarnej porzeczki /zmiksowany/ 200 g ,	Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (***GLU, JAJ, MLE***),
Wartości odżywcze: Energia : 2184.27 kcal; Białko ogółem: 70.31 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.49 g; Cholesterol: 309.20 mg; Węglowodany ogółem: 191.28 g; Cukry proste: 18.50 g; Sód: 1007.92 mg; Błonnik pokarmowy: 11.67 g;		

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