

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 1 PODSTAWOWA</b>		
Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), bułka grahamka 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Krem orzechowy 1 szt ( <b>GLU, MLE, ORZ</b> ), Pomidor 50 g, rzodkiewka 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), śledź w śmietanie 80/150 230 g ( <b>RYB</b> ), Ziemniaki 150 g, kisiel płynny 250 ml, Pomarańcza 150 g,	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ), Miód 25 g, ćwikła z chrzanem 60 g, pomidorki koktajlowe 30 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2273.56 kcal; Białko ogółem: 71.70 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.97 g; Cholesterol: 294.98 mg; Węglowodany ogółem: 261.12 g; Cukry proste: 39.49 g; Sód: 1596.34 mg; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;		
<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 2 ŁATWOSTRAWNA</b>		
Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Krem orzechowy 1 szt ( <b>GLU, MLE, ORZ</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), filet z dorsza z pieca 90 g ( <b>GLU</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, kisiel płynny 250 ml, Kefir 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Ser deliser 60 g ( <b>MLE</b> ), Miód 25 g, Sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2168.21 kcal; Białko ogółem: 78.28 g; Tłuszcz: 47.19 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.39 g; Cholesterol: 323.95 mg; Węglowodany ogółem: 299.41 g; Cukry proste: 47.47 g; Sód: 1232.10 mg; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;		
<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA</b>		
Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Szyńka z piersi indyka 30 g ( <b>GLU</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), filet z dorsza z pieca 90 g ( <b>GLU</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, kisiel płynny 250 ml, Kefir 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Ser deliser 60 g ( <b>MLE</b> ), Miód 25 g, Sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2056.13 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 36.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.31 g; Cholesterol: 285.59 mg; Węglowodany ogółem: 305.39 g; Cukry proste: 48.16 g; Sód: 1449.77 mg; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;		
<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA</b>		
Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Krem orzechowy 1 szt ( <b>GLU, MLE, ORZ</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), pulpet rybny 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g, ziemniaki 150 g, kisiel płynny 250 ml, Kefir 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Szyńka z piersi indyka 30 g ( <b>GLU</b> ), Sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2121.08 kcal; Białko ogółem: 67.49 g; Tłuszcz: 47.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.35 g; Cholesterol: 252.89 mg; Węglowodany ogółem: 293.70 g; Cukry proste: 47.44 g; Sód: 1105.30 mg; Błonnik pokarmowy: 31.35 g;		
<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 6 CUKRZYCOWA</b>		
Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), Bułka grahamka 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Mus z jabłka 50 g, Pomidor 50 g, rzodkiewka 30 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Budyń bez cukru 200 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), filet z dorsza z pieca 90 g ( <b>GLU</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Kisiel płynny bez cukru 250 ml, <b>Podwieczorek:</b> kefir 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ), Szyńka z piersi indyka 30 g ( <b>GLU</b> ), ćwikła z chrzanem 60 g, pomidorki koktajlowe 30 g, Herbata bez cukru 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2145.55 kcal; Białko ogółem: 85.73 g; Tłuszcz: 51.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.57 g; Cholesterol: 366.27 mg; Węglowodany ogółem: 262.61 g; Cukry proste: 28.42 g; Sód: 863.39 mg; Błonnik pokarmowy: 32.13 g;		
<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 14 PŁYNNA WZBOGACONA</b>		
Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Suchary na mleku z masłem /zmiksowane/ 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Manna na wywarze z filetem /zmiksowane/ 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Makaron z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2391.00 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.54 g; Cholesterol: 509.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.10 g; Cukry proste: 11.23 g; Sód: 1802.10 mg; Błonnik pokarmowy: 12.16 g;		