

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-11</b> <b>Dieta: PASŁEK - 1 PODSTAWOWA</b>		
Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), bułka grahamka 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Szynkóweczka 60 g ( <b>GLU</b> ), Ser deliser 20g 1 szt ( <b>MLE</b> ), sałatka z pomidora i rukoli ze słonecznikiem 100 g ( <b>GLU, ORZ</b> ), Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Grochowa 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kotlet mielony 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), surówka z kapusty pekińskiej 150 g ( <b>GOR</b> ), ziemniaki 150 g, Kompot z owoców mieszanych 250 ml, kiwi 1 szt,	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Pasta z jajka z koperkiem 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), baleron drobiowy 30 g, ogórek świeży 50 g, Rzodkiewka 30 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2024-04-11</b> <b>Dieta: PASŁEK - 2 ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Szynkóweczka 60 g ( <b>GLU</b> ), Ser deliser 20g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Sałatka z cukinii 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>SEL</b> ), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Jarzynka gotowana 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ), ziemniaki 150 g, kiwi 1 szt, Kompot z owoców mieszanych 250 ml,	Chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Pasta z jajka z koperkiem 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), baleron drobiowy 30 g, Pomidor bez skóry 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2024-04-11</b> <b>Dieta: PASŁEK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA</b>		
Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Szynkóweczka 60 g ( <b>GLU</b> ), Ser deliser 20g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Sałatka z cukinii 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>SEL</b> ), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Jarzynka gotowana 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ), ziemniaki 150 g, Kompot z owoców mieszanych 250 ml, Kefir 200 g ( <b>MLE</b> ),	chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka z koperkiem 50 g ( <b>JAJ</b> ), baleron drobiowy 30 g, Pomidor bez skóry 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2024-04-11</b> <b>Dieta: PASŁEK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA</b>		
Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Szynkóweczka 60 g ( <b>GLU</b> ), Sałatka z cukinii 80 g, kawa z ml. 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>SEL</b> ), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Jarzynka gotowana 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki z natką pietruszki 150 g, Kompot z owoców mieszanych 250 ml, Kefir 200 g ( <b>MLE</b> ),	chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Pasta z jajka z koperkiem 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Baleron drobiowy 30 g, Pomidor bez skóry 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> : 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;		
<b>czwartek 2024-04-11</b> <b>Dieta: PASŁEK - 6 CUKRZYCOWA</b>		
Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka grahamka 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Szynkóweczka 60 g ( <b>GLU</b> ), Ser deliser 20g 1 szt ( <b>MLE</b> ), sałatka z pomidora i rukoli ze słonecznikiem 100 g ( <b>GLU, ORZ</b> ), Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kefir 200 g ( <b>MLE</b> ),	koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>SEL</b> ), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), surówka z kapusty pekińskiej 150 g ( <b>GOR</b> ), ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kompot z owoców mieszanych 250 ml, <b>Podwieczorek:</b> kisiel z czarnej porzeczki b/c 200 g,	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Pasta z jajka z koperkiem 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), baleron drobiowy 30 g, ogórek świeży 50 g, Rzodkiewka 30 g, Herbata bez cukru 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2024-04-11</b> <b>Dieta: PASŁEK - 14 PŁYNNĄ WZBOGACONA</b>		
Makaron z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kefir 200 g ( <b>MLE</b> ),	Ryż na wywarze na łopatkę z masłem /zmiksowany/ 500 ml ( <b>SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z czarnej porzeczki /zmiksowany/ 200 g,	Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		