

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-23 Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb razowy 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), pasta z twarogu i makreli 60 g (RYB, MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Ogórek kiszony 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),	Fasolowa 400 ml (GLU, SEL), filet drob smażony 100 g (GLU, JAJ), surówka wiosenna 150 g, Ziemniaki 150 g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Pomarańcza 150 g,	Chleb razowy 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Ser tostowy 60 g (MLE), Szyńka z piersi indyka 30 g (GLU), Jabłko 150 g, herbata z cukrem 250 ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2282.02 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.33 g; Cholesterol: 364.69 mg; Węglowodany ogółem: 292.47 g; Cukry proste: 35.34 g; Sód: 1044.73 mg; Błonnik pokarmowy: 34.15 g;		
wtorek 2024-04-23 Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb baltonow ski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), filet drob got. 90 g (GLU), marchew oprószana 150 g (GLU), Ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),	chleb baltonowski 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Szyńka z piersi indyka 60 g (GLU), miód 25 g, sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL), herbata z cukrem 250 ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2216.09 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; Tłuszcz: 44.60 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.17 g; Cholesterol: 382.59 mg; Węglowodany ogółem: 328.17 g; Cukry proste: 37.72 g; Sód: 1596.48 mg; Błonnik pokarmowy: 32.62 g;		
wtorek 2024-04-23 Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb baltonow ski 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), Filet drobiowy gotowany 90 g (GLU), marchew oprószana 150 g (GLU), Ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot z owoców mieszanych 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),	chleb baltonow ski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szyńka z piersi indyka 60 g (GLU), miód 25 g, sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL), herbata z cukrem 250 ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2169.26 kcal; Białko ogółem: 114.23 g; Tłuszcz: 37.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.34 g; Cholesterol: 389.09 mg; Węglowodany ogółem: 314.59 g; Cukry proste: 37.42 g; Sód: 1856.09 mg; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;		
wtorek 2024-04-23 Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), Potrawka drobiowa z piersi 150 g (GLU, SEL), marchew oprószana 150 g (GLU), Ziemniaki 150 g, Kompot z owoców mieszanych 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),	chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Szyńka z piersi indyka 60 g (GLU), miód 25 g, sałatka z selera i jabłka 80 g (SEL), herbata z cukrem 250 ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2076.79 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 44.97 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.27 g; Cholesterol: 321.50 mg; Węglowodany ogółem: 319.31 g; Cukry proste: 38.35 g; Sód: 1312.41 mg; Błonnik pokarmowy: 31.37 g;		
wtorek 2024-04-23 Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA		
Płatki jęczmienne 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), Polędwica sopocka 30 g (GLU), Ogórek kiszony 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: brokuł gotowany z ziołami i słonecznikiem 200 g (GLU, MLE, ORZ),	Koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), filet drob got. 90 g (GLU), surówka wiosenna 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),	Chleb razowy 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Ser tostowy 60 g (MLE), Szyńka z piersi indyka 30 g (GLU), Jabłko 150 g, Herbata bez cukru 250 ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2380.11 kcal; Białko ogółem: 117.31 g; Tłuszcz: 59.21 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.54 g; Cholesterol: 404.53 mg; Węglowodany ogółem: 270.80 g; Cukry proste: 8.87 g; Sód: 1270.47 mg; Błonnik pokarmowy: 35.14 g;		
wtorek 2024-04-23 Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGAČONA		
Płatki jaglane z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowane/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g (GLU, JAJ, MLE),	Ryż na filecie z masłem /zmiksowany/ 500 ml (SEL), Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250 ml (GLU, JAJ, MLE),	Płatki kukurydziane z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowane/ 500 ml (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2375.56 kcal; Białko ogółem: 115.98 g; Tłuszcz: 77.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.75 g; Cholesterol: 884.30 mg; Węglowodany ogółem: 302.30 g; Cukry proste: 22.28 g; Sód: 1698.36 mg; Błonnik pokarmowy: 11.31 g;		