

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Pasłęk		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-31		
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), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Pomidor 50 g , papryka 30 g , Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),	Kalańorowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Kotlet schabowy 100 g (GLU, JAJ), Fasolka szparagowa 150 g , ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE),	Chleb razowy 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Serek wiejski 1szt 200 g , Baleron drobiowy 30 g , Herbata z cukrem 250 ml , Pomidorki koktajlowe 30 g , Ogórek świeży 50 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2208.92 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 57.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.32 g; Cholesterol: 285.86 mg; Węglowodany ogółem: 259.14 g; Cukry proste: 39.16 g; Sód: 1767.31 mg; Błonnik pokarmowy: 31.88 g;		
środa 2024-07-31		
Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA		
Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb bałtonowski 100 g (GLU), Masło 15g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),	Kalańorowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Schab duszony 90 g (GLU), Jarzynka gotowana 150 g (GLU, SEL), ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE),	Chleb bałtonowski 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Serek wiejski 1szt 200 g , Baleron drobiowy 30 g , Herbata z cukrem 250 ml , Pomidor bez skóry 80 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2182.73 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz: 53.06 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.06 g; Cholesterol: 224.88 mg; Węglowodany ogółem: 260.75 g; Cukry proste: 39.24 g; Sód: 1824.23 mg; Błonnik pokarmowy: 31.72 g;		
środa 2024-07-31		
Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA		
Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb bałtonowski 100 g (GLU), masło 10g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),	Manna na wywarze 400 ml (GLU, SEL), Schab duszony 90 g (GLU), Jarzynka gotowana 150 g (GLU, SEL), ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE),	chleb bałtonowski 100 g (GLU), Serek wiejski 1szt 200 g , Baleron drobiowy 30 g , masło 10g 1 szt (MLE), Herbata z cukrem 250 ml , Pomidor bez skóry 80 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2068.53 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.08 g; Cholesterol: 183.98 mg; Węglowodany ogółem: 260.42 g; Cukry proste: 38.66 g; Sód: 1988.13 mg; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;		
środa 2024-07-31		
Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA		
Zacierka na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 15g 1 szt (MLE), Szyunka gotowana 60 g (SOJ), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),	Kalańorowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Klopsik wp gotowany 90 g (GLU, JAJ), Jarzynka gotowana 150 g (GLU, SEL), ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE),	chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60 g (MLE), Baleron drobiowy 30 g , Herbata z cukrem 250 ml , Pomidor bez skóry 80 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2155.13 kcal; Białko ogółem: 76.36 g; Tłuszcz: 47.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.68 g; Cholesterol: 248.70 mg; Węglowodany ogółem: 267.28 g; Cukry proste: 37.96 g; Sód: 1361.12 mg; Błonnik pokarmowy: 31.88 g;		
środa 2024-07-31		
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), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Pomidor 50 g , papryka 30 g , Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: brzoskwinia 150 g ,	Kalańorowa bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), Schab duszony 90 g (GLU), Fasolka szparagowa 150 g , ziemniaki 150 g , Sos jarzynowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250 ml , Podwieczorek: Surówka z kalarepy z koperkiem 100 g ,	Chleb razowy 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Serek wiejski 1szt 200 g , Baleron drobiowy 30 g , Herbata bez cukru 250 ml , Pomidorki koktajlowe 30 g , Ogórek świeży 50 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2246.68 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.81 g; Cholesterol: 281.06 mg; Węglowodany ogółem: 247.67 g; Cukry proste: 31.00 g; Sód: 1721.75 mg; Błonnik pokarmowy: 33.00 g;		
środa 2024-07-31		
Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGAĆONA		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Galaretka z chrupkami /zmiksowana/ 250 ml (GLU, MLE),	Kalańorowa na schabie /zmiksowana/ 500 ml (MLE, SEL), Podwieczorek: Biszkopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250 ml (GLU, JAJ, MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2232.05 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.82 g; Cholesterol: 313.10 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 13.17 g;		