

| Oddział: Pasłęk | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2024-08-01 | | |
| Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA | | |
| Platki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 15g 1 szt (MLE), Polędwica sopocka 60 g (GLU), Serek topiony trójką 1 szt (MLE), Sałatka wiosenna 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Zupa z czerwonej soczewicy 400 ml (GLU, SEL, GOR), Wątroba drobiowa duszona z cebulą 110 g (GLU), Sałatka z buraczków i jabłka 150 g, ziemniaki 150 g, jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Granola 20 g (GLU, ORZ), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, | Chleb razowy 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Ser żółty 60 g, Szynekówecka 30 g (GLU), Papryka 30 g, Mix sałat 30 g, herbata z cukrem 250 ml, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2262.25 kcal; Białko ogółem: 90.43 g; Tłuszcz: 59.32 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.06 g; Cholesterol: 295.50 mg; Węglowodany ogółem: 287.29 g; Cukry proste: 32.49 g; Sód: 1090.10 mg; Błonnik pokarmowy: 31.36 g; | | |
| czwartek 2024-08-01 | | |
| Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA | | |
| Platki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb baltonowski 100 g (GLU), Masło 15g 1 szt (MLE), Polędwica sopocka 60 g (GLU), serek tartare 20g 1 szt (MLE), Jabłko gotowane 150 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Pomidorowa z ryżem bez śmietany 400 ml (SEL), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków i jabłka 150 g, Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), ziemniaki 150 g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Granola 20 g (GLU, ORZ), | chleb baltonowski 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Szynekówecka 60 g (GLU), Dżem 1 szt, Sałatka z marchwi z olejem 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: 255.28 mg; Węglowodany ogółem: 276.42 g; Cukry proste: 37.63 g; Sód: 1963.51 mg; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; | | |
| czwartek 2024-08-01 | | |
| Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA | | |
| Platki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb baltonowski 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), serek tartare 20g 1 szt (MLE), Polędwica sopocka 60 g (GLU), Jabłko gotowane 150 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Pomidorowa z ryżem bez śmietany 400 ml (SEL), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków i jabłka 150 g, Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), ziemniaki 150 g, Kompot z owoców mieszanych 250 ml, jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | chleb baltonowski 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Szynekówecka 60 g (GLU), Dżem 1 szt, Sałatka z marchwi z olejem 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 2024-08-01 | | |
| Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA | | |
| Platki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 15g 1 szt (MLE), Polędwica sopocka 60 g (GLU), serek tartare 20g 1 szt (MLE), Jabłko gotowane 150 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Pomidorowa z ryżem bez śmietany 400 ml (SEL), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków i jabłka 150 g, Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), 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), Szynekówecka 60 g (GLU), Dżem 1 szt, Sałatka z marchwi z olejem 80 g, herbata z cukrem 250 ml, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2151.22 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 53.09 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.47 g; Cholesterol: 255.96 mg; Węglowodany ogółem: 274.65 g; Cukry proste: 36.99 g; Sód: 1706.42 mg; Błonnik pokarmowy: 30.56 g; | | |
| czwartek 2024-08-01 | | |
| Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA | | |
| Platki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb razowy 30 g (GLU), Masło 15g 1 szt (MLE), Polędwica sopocka 60 g (GLU), Serek topiony trójką 1 szt (MLE), Sałatka wiosenna 80 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Pomidorowa z ryżem bez śmietany 400 ml (SEL), Klopsik wieprzowy gotowany 90 g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków i jabłka 150 g, Sos koperkowy 100 ml (GLU, SEL), ziemniaki 150 g, kompot z owoców mieszanych bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi bez cukru 200 g, | Chleb razowy 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Ser żółty 60 g, Szynekówecka 30 g (GLU), Papryka 30 g, Mix sałat 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: 981.65 mg; Błonnik pokarmowy: 32.72 g; | | |
| czwartek 2024-08-01 | | |
| Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGAĆCANA | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200 g (MLE), | Pomidorowa z ryżem na łyżeczce /zmiksowana/ 500 ml (MLE, SEL), Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi /miksowany/ 200 g, | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2184.27 kcal; Białko ogółem: 70.31 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.49 g; Cholesterol: 309.20 mg; Węglowodany ogółem: 291.28 g; Cukry proste: 18.50 g; Sód: 1007.92 mg; Błonnik pokarmowy: 11.67 g; | | |