

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-08-06 Dieta: PASŁEK - 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), Kalarepa 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE),	Grochowa 400 ml (GLU, SEL), filet drobiu smażony 100 g (GLU, JAJ), mizeria z jogurtem 150 g (MLE), ziemniaki 150 g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250 ml, Nektarynka 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), Mix sałat z dressingiem 30 g, Papryka 50 g, herbata z cukrem 250 ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2282.02 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.33 g; Cholesterol: 264.69 mg; Węglowodany ogółem: 292.47 g; Cukry proste: 35.34 g; Sód: 1044.73 mg; Błonnik pokarmowy: 34.15 g;		
wtorek 2024-08-06 Dieta: PASŁEK - 2 ŁATWOSTRAWNA		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb balonowy 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 drobiu 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 balonowy 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Szyńka z piersi indyka 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2216.09 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 44.60 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.17 g; Cholesterol: 282.59 mg; Węglowodany ogółem: 328.17 g; Cukry proste: 37.72 g; Sód: 1596.48 mg; Błonnik pokarmowy: 32.62 g;		
wtorek 2024-08-06 Dieta: PASŁEK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA		
Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLU, MLE), chleb balonowy 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 balonowy 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Szyńka z piersi indyka 60 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2169.26 kcal; Białko ogółem: 94.23 g; Tłuszcz: 37.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.34 g; Cholesterol: 289.09 mg; Węglowodany ogółem: 314.59 g; Cukry proste: 37.42 g; Sód: 1856.09 mg; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;		
wtorek 2024-08-06 Dieta: PASŁEK - 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), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2076.79 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 44.97 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.27 g; Cholesterol: 261.50 mg; Węglowodany ogółem: 319.31 g; Cukry proste: 38.35 g; Sód: 1312.41 mg; Błonnik pokarmowy: 31.37 g;		
wtorek 2024-08-06 Dieta: PASŁEK - 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), Kalarepa 50 g, Pomidorki koktajlowe 30 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200 g (MLE),	Koperkowa z ryżem 400 ml (SEL), filet drobiu got. 90 g (GLU), mizeria z jogurtem 150 g (MLE), ziemniaki 150 g, 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), Mix sałat z dressingiem 30 g, Papryka 50 g, Herbata bez cukru 250 ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2380.11 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz: 59.21 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.54 g; Cholesterol: 301.53 mg; Węglowodany ogółem: 270.80 g; Cukry proste: 8.87 g; Sód: 1270.47 mg; Błonnik pokarmowy: 35.14 g;		
wtorek 2024-08-06 Dieta: PASŁEK - 14 PŁYNNA WZBOGAĆCONA		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200 g (MLE),	Ryż na filecie z masłem /zmiksowany/ 500 ml (SEL), Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250 ml (GLU, JAJ, MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2375.56 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 77.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.75 g; Cholesterol: 294.30 mg; Węglowodany ogółem: 302.30 g; Cukry proste: 22.28 g; Sód: 1698.36 mg; Błonnik pokarmowy: 11.31 g;		