

| Oddział: Pasłek | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-08-14 | | |
| Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA | | |
| ryż na mleku 300 ml (MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb razowy 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Połędwica sopocka 60 g (GLU), Miód 25 g, Sałatka wiosenna 80 g, kawa z ml. 250 ml (GLU, MLE), | Botwina 400 ml (GLU, MLE, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU), Sos śmietanowo-brokulowy z piersią 180 ml (GLU, MLE), Brokuł gotowany 150 g (MLE), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Granola 20 g (GLU, ORZ), | Chleb razowy 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Jajko gotowane 50 g (JAJ), Szy nka z piersi indyka 30 g (GLU), sałatka z ogórka św iezego z rzodkiewką i koperkiem 80 g, herbata z cukrem 250 ml, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2288.91 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 56.88 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 26.69 g; Cholesterol: 277.70 mg; Węglowodany ogółem: 322.85 g; Cukry proste: 25.34 g; Sód: 1570.95 mg; Błonnik pokarmowy: 32.69 g; | | |
| środa 2024-08-14 | | |
| Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA | | |
| ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb balonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Połędwica sopocka 60 g (GLU), Dżem 1 szt, Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, kawa z ml. 250 ml (GLU, MLE), | Botwina bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), Makaron 200 g (GLU, JAJ), Sos śmietanowo-brokulowy z piersią 180 ml (GLU, MLE), Brokuł gotowany 150 g (MLE), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Chleb balonowski 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Szy nka z piersi indyka 60 g (GLU), Ser deliser 20 g (MLE), Jabłko gotowane 150 g, herbata z cukrem 250 ml, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2169.31 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 49.60 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.68 g; Cholesterol: 260.10 mg; Węglowodany ogółem: 326.15 g; Cukry proste: 31.07 g; Sód: 1624.40 mg; Błonnik pokarmowy: 31.32 g; | | |
| środa 2024-08-14 | | |
| Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA | | |
| ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), połędwica sopocka 60 g (GLU), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Dżem 1 szt, | Botwina bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), Makaron 200 g (GLU, JAJ), Potrawka drobiowa z piersi 150 g (GLU, SEL), sałata z dresingiem 80 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Chleb balonowski 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Szy nka z piersi indyka 60 g (GLU), Ser deliser 20 g (MLE), Jabłko gotowane 150 g, herbata z cukrem 250 ml, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2066.31 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 43.30 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.68 g; Cholesterol: 215.30 mg; Węglowodany ogółem: 324.78 g; Cukry proste: 29.97 g; Sód: 1364.50 mg; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; | | |
| środa 2024-08-14 | | |
| Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA | | |
| Ryż na mleku 300 ml (MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Połędwica sopocka 60 g (GLU), Dżem 1 szt, Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, kawa z ml. 250 ml (GLU, MLE), | Barszcz czerwony bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), Makaron 200 g (GLU, JAJ), Sos śmietanowo-brokulowy z piersią 180 ml (GLU, MLE), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Sałatka z selera z natką pietruszki 150 g (SEL), | chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Szy nka z piersi indyka 60 g (GLU), Twarożek haga 1 szt (MLE), Jabłko gotowane 150 g, herbata z cukrem 250 ml, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2169.31 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 49.60 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.68 g; Cholesterol: 250.30 mg; Węglowodany ogółem: 326.15 g; Cukry proste: 31.07 g; Sód: 1624.40 mg; Błonnik pokarmowy: 31.32 g; | | |
| środa 2024-08-14 | | |
| Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA | | |
| ryż na mleku 300 ml (MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb razowy 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Połędwica sopocka 60 g (GLU), Twarożek haga 1 szt (MLE), Sałatka wiosenna 80 g, kawa z ml b/c 250 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: sok pomidorowy 0,33 1 szt, | Botwina bez śmietany 400 ml (GLU, SEL), Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU), Sos śmietanowo-brokulowy z piersią 180 ml (GLU, MLE), Brokuł gotowany 150 g (MLE), Kompot truskawkowy bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | Chleb razowy 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Jajko gotowane 50 g (JAJ), Szy nka z piersi indyka 30 g (GLU), sałatka z ogórka św iezego z rzodkiewką i koperkiem 80 g, Herbata bez cukru 250 ml, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2107.34 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 37.41 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.87 g; Cholesterol: 258.10 mg; Węglowodany ogółem: 303.94 g; Cukry proste: 4.93 g; Sód: 1692.30 mg; Błonnik pokarmowy: 34.35 g; | | |
| środa 2024-08-14 | | |
| Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGAĆONA | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Galaretką z chrupkami /zmiksowana/ 250 ml (GLU, MLE), | Manna na filecie z masłem /zmiksowana/ 500 ml (GLU, 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: 213.10 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 13.17 g; | | |