

Oddział: Pasłęk		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-08-16</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA</b>		
płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka grahamka 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Kielbasa krakowska 30 g ( <b>GLU</b> ), Pomidorki koktajlowe 50 g, Mix sałat 30 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Filet z dorsza smażony 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), surówka z kap. młodej z koperkiem 150 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ziemniaki 150 g, kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Koktajl truskawkowy 200 g ( <b>MLE</b> ),	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Ćwikła z chrzanem 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2173.56 kcal; Białko ogółem: 81.70 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.97 g; Cholesterol: 284.98 mg; Węglowodany ogółem: 291.12 g; Cukry proste: 39.49 g; Sód: 1596.34 mg; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;		
<b>piątek 2024-08-16</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA</b>		
płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Kielbasa krakowska 30 g ( <b>GLU</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), filet z dorsza z pieca 90 g ( <b>GLU</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g, ziemniaki 150 g, kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Koktajl truskawkowy 200 g ( <b>MLE</b> ),	Chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Szy nka gotowana 60 g ( <b>SOJ</b> ), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2168.21 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 47.19 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.39 g; Cholesterol: 293.95 mg; Węglowodany ogółem: 299.41 g; Cukry proste: 47.47 g; Sód: 1232.10 mg; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;		
<b>piątek 2024-08-16</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA</b>		
płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Szy nka z piersi indyka 60 g ( <b>GLU</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), filet z dorsza z pieca 90 g ( <b>GLU</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g, ziemniaki 150 g, kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Koktajl truskawkowy 200 g ( <b>MLE</b> ),	Chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Szy nka gotowana 60 g ( <b>SOJ</b> ), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ), sałatka z buraczków 80 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2056.13 kcal; Białko ogółem: 86.77 g; Tłuszcz: 36.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.31 g; Cholesterol: 285.59 mg; Węglowodany ogółem: 305.39 g; Cukry proste: 48.16 g; Sód: 1449.77 mg; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;		
<b>piątek 2024-08-16</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA</b>		
Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Szy nka z piersi indyka 60 g ( <b>GLU</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g, kawa z ml. 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), pulpet rybny 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml, Koktajl truskawkowy 200 g ( <b>MLE</b> ),	chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Szy nka gotowana 60 g ( <b>SOJ</b> ), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ), sałatka z buraczków 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2121.08 kcal; Białko ogółem: 87.49 g; Tłuszcz: 47.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.35 g; Cholesterol: 292.89 mg; Węglowodany ogółem: 293.70 g; Cukry proste: 47.44 g; Sód: 1105.30 mg; Błonnik pokarmowy: 31.35 g;		
<b>piątek 2024-08-16</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA</b>		
płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka grahamka 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Kielbasa krakowska 30 g ( <b>GLU</b> ), Pomidorki koktajlowe 50 g, Mix sałat 30 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Koktajl truskawkowy bez cukru 200 g ( <b>MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), filet z dorsza z pieca 90 g ( <b>GLU</b> ), surówka z kap. młodej z koperkiem 150 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ziemniaki 150 g, kompot z czarnej porzeczki b/c 250 ml, <b>Podwieczorek:</b> zapiekanka brokułowa z masłem 150 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Ćwikła z chrzanem 80 g, Herbata bez cukru 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2245.55 kcal; Białko ogółem: 85.73 g; Tłuszcz: 51.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.57 g; Cholesterol: 266.27 mg; Węglowodany ogółem: 272.61 g; Cukry proste: 28.42 g; Sód: 1463.39 mg; Błonnik pokarmowy: 33.13 g;		
<b>piątek 2024-08-16</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGAĆONA</b>		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200 g ( <b>MLE</b> ),	Ziemniaczanka z mięsem indyjskim /zmiksowana/ 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2391.00 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.54 g; Cholesterol: 279.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.10 g; Cukry proste: 11.23 g; Sód: 1802.10 mg; Błonnik pokarmowy: 12.16 g;		