Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Pasłęk

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-09-04	**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***), Polędwica sopocka 60 g (***GLU***), Miód 25 g , Sałatka wiosenna 80 g , kawa z ml. 250 ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony 400 ml (***GLU, MLE, SEL***), Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU***), Sos śmietanowo-brokułowy z piersią 180 ml (***GLU, 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***), Ryba po grecku bez panierki 100 g (***GLU, JAJ, RYB, SEL***), Szynka z piersi indyka 30 g (***GLU***), sałatka z ogórka świeżego i rzodkiewki z jogurtem i koperkiem 80 g (***MLE***), 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 2024-09-04	**Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA**	
ryż na mleku 300 ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Polędwica sopocka 60 g (***GLU***), Miód 25 g , 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-brokułowy z piersią 180 ml (***GLU, MLE***), Kompot truskawkowy 250 ml , Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE***),	Chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), Szynka z piersi indyka 30 g (***GLU***), Ryba po grecku bez panierki 100 g (***GLU, JAJ, RYB, SEL***), 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 2024-09-04	**Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA**	
ryż na mleku 300 ml (***MLE***), Chleb pszenny 100 g (***GLU***), Masło 10g 1 szt (***MLE***), polędwica sopocka 60 g (***GLU***), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***), Miód 25 g ,	Barszcz czerwony 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 baltonowski 100 g (***GLU***), Masło 10g 1 szt (***MLE***), Szynka z piersi indyka 30 g (***GLU***), Ryba po grecku bez panierki 100 g (***GLU, JAJ, RYB, SEL***), 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 2024-09-04	**Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA**	
Ryż na mleku 300 ml (***MLE***), chleb pszenny 100 g (***GLU***), masło 15g 1 szt (***MLE***), Polędwica sopocka 60 g (***GLU***), Miód 25 g , 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-brokułowy 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***), Szynka z piersi indyka 30 g (***GLU***), pulpet z ryby w sosie greckim 100 g (***GLU, RYB, SEL***), 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 2024-09-04	**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***), Polędwica 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 ,	Barszcz czerwony bez śmietany 400 ml (***GLU, SEL***), Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU***), Sos śmietanowo-brokułowy z piersią 180 ml (***GLU, 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***), Ryba po grecku bez panierki 100 g (***GLU, JAJ, RYB, SEL***), Szynka z piersi indyka 30 g (***GLU***), sałatka z ogórka świeżego i rzodkiewki z jogurtem i koperkiem 80 g (***MLE***), 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 2024-09-04	**Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGACONA**	
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (***GLU, JAJ, MLE***), **II Śniadanie:** Galaretka z chrupkami /zmiksowana/ 250 ml (***GLU, MLE***),	Manna na filecie z masłem /zmiksowane/ 500 ml (***GLU, 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: 213.10 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 13.17 g;		

Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone