

| Oddział: Pasłek | | |
|--|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-09-16 Dieta: PASŁEK - 1 PODSTAWOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), Chleb razowy 30 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek topiony 25g 1 szt (MLE), Papryka słupki 30 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Barszcz biały 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Gołąbek bez zawijania 90 g, Fasolka szparagowa z masłem 150 g, ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Gruszka 120 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), | Chleb razowy 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Sałatka z pomidora i rukoli 100 g, herbata z cukrem 250 ml, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2203.58 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 56.45 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.59 g; Cholesterol: 248.74 mg; Węglowodany ogółem: 277.26 g; Cukry proste: 31.16 g; Sód: 1363.32 mg; Błonnik pokarmowy: 34.37 g; | | |
| poniedziałek 2024-09-16 Dieta: PASŁEK - 2 ŁATWOSTRAWNA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb baltonowski 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Barszcz biały 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (SEL), ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | chleb baltonowski 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Pomidor bez skóry 80 g, herbata z cukrem 250 ml, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2090.73 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 46.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.53 g; Cholesterol: 256.04 mg; Węglowodany ogółem: 305.18 g; Cukry proste: 57.19 g; Sód: 1975.19 mg; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; | | |
| poniedziałek 2024-09-16 Dieta: PASŁEK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb baltonowski 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Barszcz biały bez śmietany 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (SEL), ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), | chleb baltonowski 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Pomidor bez skóry 80 g, herbata z cukrem 250 ml, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2032.35 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 37.24 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.31 g; Cholesterol: 190.64 mg; Węglowodany ogółem: 304.77 g; Cukry proste: 57.19 g; Sód: 1831.70 mg; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; | | |
| poniedziałek 2024-09-16 Dieta: PASŁEK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), | Barszcz biały 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g (GLU), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g (SEL), ziemniaki z natką pietruszki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), | chleb pszenny 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Dżem 1 szt, Szynek wędzarka 60 g (GLU), Pomidor bez skóry 80 g, herbata z cukrem 250 ml, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2066.46 kcal; Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 45.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.38 g; Cholesterol: 251.07 mg; Węglowodany ogółem: 304.46 g; Cukry proste: 56.41 g; Sód: 1475.75 mg; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; | | |
| poniedziałek 2024-09-16 Dieta: PASŁEK - 6 CUKRZYCOWA | | |
| Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka grahamka 70 g (GLU), masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 60 g, Serek topiony 25g 1 szt (MLE), Papryka słupki 30 g, Ogórek świeży 50 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 30 g (GLU), II Śniadanie: Brokuł gotowany ze słonecznikiem 200 g (GLU, MLE, ORZ), | Barszcz biały bez śmietany 400 ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Gołąbek bez zawijania 90 g, Fasolka szparagowa z masłem 150 g, ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Kompot truskawkowy bez cukru 250 ml, Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi bez cukru 200 g, | Chleb razowy 100 g (GLU), Masło 15 g 1 szt (MLE), Twarożek haga 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 60 g (GLU), Sałatka z pomidora i rukoli 100 g, Herbata bez cukru 250 ml, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2101.37 kcal; Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 47.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.56 g; Cholesterol: 256.04 mg; Węglowodany ogółem: 244.27 g; Cukry proste: 10.93 g; Sód: 1370.71 mg; Błonnik pokarmowy: 35.79 g; | | |
| poniedziałek 2024-09-16 Dieta: PASŁEK - 14 PŁYNNĄ WZBOGACONĄ | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g (GLU, JAJ, MLE), | Zemniaczanka na łyżeczce /zmiksowana/ 500 g (MLE, SEL), Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki /zmiksowany/ 200 g, | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (MLE), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2102.85 kcal; Białko ogółem: 72.30 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.00 g; Cholesterol: 285.60 mg; Węglowodany ogółem: 235.80 g; Cukry proste: 29.10 g; Sód: 1049.25 mg; Błonnik pokarmowy: 13.47 g; | | |