# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Pasłęk

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2024-10-01** | **Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA** | |
| manna 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***), Szynka z piersi indyka 30 g (***GLU***), sałatka z pomidora i rukoli 100 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***), | Solferino 400 ml (***GLU, SEL, GOR***), Roladka z indyka duszona 90 g (***GLU***), Surówka z marchwi i pora z olejem 150 g , Ryż brązowy 150 g , Sos koperkowy 100 ml (***GLU, SEL***), kompot truskawkowy z/c 250 ml , Gruszka 150 g , | Chleb razowy 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), Jajko gotowane 50 g (***JAJ***), Szynkóweczka 30 g (***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego z koperkiem i olejem 80 g , herbata z cukrem 250 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2347.34 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz: 60.20 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.91 g; Cholesterol: 293.69 mg; Węglowodany ogółem: 300.13 g; Cukry proste: 30.85 g; Sód: 1108.53 mg; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; | | |
| **wtorek 2024-10-01** | **Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA** | |
| manna na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), Masło 15g 1 szt (***MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Twaróg z jogurtem 60 g (***MLE***), Szynka z piersi indyka 30 g (***GLU***), Mus z jabłka bez cukru 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***), | Zacierka na wywarze 400 g (***GLU, SEL***), Roladka z indyka duszona 90 g (***GLU***), Ryż biały 150 g , Sos koperkowy 100 ml (***GLU, SEL***), marchew oprószana 150 g (***GLU***), kompot truskawkowy z/c 250 ml , Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE***), | chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), Miód 25 g , Szynkóweczka 60 g (***GLU***), Sałatka z cukinii z koncentratem 80 g , herbata z cukrem 250 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2263.36 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 55.32 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.90 g; Cholesterol: 253.59 mg; Węglowodany ogółem: 313.45 g; Cukry proste: 43.32 g; Sód: 1606.59 mg; Błonnik pokarmowy: 31.38 g; | | |
| **wtorek 2024-10-01** | **Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA** | |
| manna na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Masło 10g 1 szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60 g (***MLE***), Szynka z piersi indyka 30 g (***GLU***), Mus z jabłka bez cukru 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***), | Zacierka na wywarze 400 g (***GLU, SEL***), Roladka z indyka duszona 90 g (***GLU***), Ryż biały 150 g , Sos koperkowy 100 ml (***GLU, SEL***), marchew oprószana 150 g (***GLU***), Kompot truskawkowy 250 ml , Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE***), | chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Masło 10g 1 szt (***MLE***), Miód 25 g , Szynkóweczka 60 g (***GLU***), Sałatka z cukinii z koncentratem 80 g , herbata z cukrem 250 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2186.69 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 44.49 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.40 g; Cholesterol: 249.29 mg; Węglowodany ogółem: 326.12 g; Cukry proste: 51.17 g; Sód: 1520.16 mg; Błonnik pokarmowy: 31.48 g; | | |
| **wtorek 2024-10-01** | **Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA** | |
| manna na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100 g (***GLU***), Masło 15g 1 szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60 g (***MLE***), Szynka z piersi indyka 30 g (***GLU***), Mus z jabłka bez cukru 80 g , kawa z ml. 250 ml (***GLU, MLE***), | Zacierka na wywarze 400 g (***GLU, SEL***), Potrawka drobiowa z indyka 150 g (***GLU, SEL***), Ryż biały 150 g , marchew oprószana 150 g (***GLU***), Kompot truskawkowy 250 ml , Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE***), | chleb pszenny 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), Miód 25 g , Szynkóweczka 60 g (***GLU***), Sałatka z cukinii z koncentratem 80 g , herbata z cukrem 250 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2208.89 kcal; Białko ogółem: 96.88 g; Tłuszcz: 50.20 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.30 g; Cholesterol: 297.00 mg; Węglowodany ogółem: 314.36 g; Cukry proste: 50.40 g; Sód: 1370.06 mg; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; | | |
| **wtorek 2024-10-01** | **Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA** | |
| manna 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***), Szynka z piersi indyka 30 g (***GLU***), sałatka z pomidora i rukoli 100 g , Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (***GLU, MLE***),<br>**II Śniadanie:**<br>Sok pomidorowy 0,3 1 szt , | Zacierka na wywarze 400 g (***GLU, SEL***), Roladka z indyka duszona 90 g (***GLU***), Ryż brązowy 150 g , Sos koperkowy 100 ml (***GLU, SEL***), Surówka z marchwi i pora z olejem 150 g , kompot truskawkowy b/c 250 ml ,<br>**Podwieczorek:**<br>Gruszka 150 g , | Chleb razowy 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), Jajko gotowane 50 g (***JAJ***), Szynkóweczka 30 g (***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego z koperkiem i olejem 80 g , Herbata bez cukru 250 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2280.55 kcal; Białko ogółem: 96.36 g; Tłuszcz: 48.90 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.55 g; Cholesterol: 285.99 mg; Węglowodany ogółem: 270.13 g; Cukry proste: 6.08 g; Sód: 1112.09 mg; Błonnik pokarmowy: 32.55 g; | | |
| **wtorek 2024-10-01** | **Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGACONA** | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (***GLU, JAJ, MLE***), Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g (***GLU, JAJ, MLE***), | Zacierka na filecie z indyka z masłem /zmiksowana/ 500 ml (***GLU, JAJ, SEL***),<br>**Podwieczorek:**<br>Budyń płynny z masłem 250 ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2370.05 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.43 g; Cholesterol: 284.30 mg; Węglowodany ogółem: 277.59 g; Cukry proste: 21.88 g; Sód: 1375.85 mg; Błonnik pokarmowy: 7.71 g; | | |

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