Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Pasłęk

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-10-02	**Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA**	
Zacierka na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), Bułka grahamka 70 g (***GLU***), Chleb razowy 30 g (***GLU***), Masło 15g 1 szt (***MLE***), Kiełbasa krakowska 60 g (***GLU***), Dżem 1 szt , Pomidor 50 g , papryka 30 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***),	Kalafiorowa 400 ml (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet schabowy smażony 100 g (***GLU, JAJ***), Fasolka szparagowa 150 g , Ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jabłko 150 g ,	Chleb razowy 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), śledź z cebulką w oleju 70 g (***RYB***), Baleron drobiowy 30 g , Herbata z cukrem 250 ml , sałatka z ogórka kiszonego 80 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2208.92 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 57.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.32 g; Cholesterol: 285.86 mg; Węglowodany ogółem: 259.14 g; Cukry proste: 39.16 g; Sód: 1767.31 mg; Błonnik pokarmowy: 31.88 g;		
środa 2024-10-02	**Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA**	
Zacierka na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), chleb balt. 100 g (***GLU***), Masło 15g 1 szt (***MLE***), Kiełbasa krakowska 60 g (***GLU***), Dżem 1 szt , Sałatka z buraczków 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***),	Kalafiorowa 400 ml (***GLU, MLE, SEL***), Schab duszony 90 g (***GLU***), Jarzynka gotowana 150 g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (***MLE***),	Chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), Ser deliser 60 g (***MLE***), Baleron drobiowy 30 g , Herbata z cukrem 250 ml , Pomidor bez skóry 80 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2182.73 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz: 53.06 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.06 g; Cholesterol: 224.88 mg; Węglowodany ogółem: 260.75 g; Cukry proste: 39.24 g; Sód: 1824.23 mg; Błonnik pokarmowy: 31.72 g;		
środa 2024-10-02	**Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA**	
Zacierka na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), chleb baltonowski 100 g (***GLU***), masło 10g 1 szt (***MLE***), Kiełbasa krakowska 60 g (***GLU***), Dżem 1 szt , Sałatka z buraczków 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***),	Manna na wywarze 400 ml (***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90 g (***GLU***), Jarzynka gotowana 150 g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (***MLE***),	chleb baltonowski 100 g (***GLU***), Ser deliser 60 g (***MLE***), Baleron drobiowy 30 g , masło 10g 1 szt (***MLE***), Herbata z cukrem 250 ml , Pomidor bez skóry 80 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2068.53 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.08 g; Cholesterol: 183.98 mg; Węglowodany ogółem: 260.42 g; Cukry proste: 38.66 g; Sód: 1988.13 mg; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;		
środa 2024-10-02	**Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA**	
Zacierka na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100 g (***GLU***), Masło 15g 1 szt (***MLE***), Polędwica sopocka 60 g (***GLU***), Dżem 1 szt , Sałatka z buraczków 80 g , Kawa z mlekiem 250 ml (***GLU, MLE***),	Kalafiorowa 400 ml (***GLU, MLE, SEL***), Klopsik ze schabu gotowany 90 g (***GLU, JAJ***), Jarzynka gotowana 150 g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (***MLE***),	chleb pszenny 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), Twaróg 50 g (***MLE***), Baleron drobiowy 30 g , Herbata z cukrem 250 ml , Pomidor bez skóry 80 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2155.13 kcal; Białko ogółem: 76.36 g; Tłuszcz: 47.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.68 g; Cholesterol: 248.70 mg; Węglowodany ogółem: 267.28 g; Cukry proste: 37.96 g; Sód: 1361.12 mg; Błonnik pokarmowy: 31.88 g;		
środa 2024-10-02	**Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA**	
Zacierka na mleku 300 ml (***GLU, MLE***), Bułka grahamka 70 g (***GLU***), Chleb razowy 30 g (***GLU***), Masło 15g 1 szt (***MLE***), Kiełbasa krakowska 60 g (***GLU***), Dżem 1 szt , Pomidor 50 g , papryka 30 g , Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (***GLU, MLE***), **II Śniadanie:** Kefir 200g 1 szt (***MLE***),	Kalafiorowa bez śmietany 400 ml (***GLU, SEL***), Schab duszony 90 g (***GLU***), Fasolka szparagowa 150 g , Ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250 ml , Sos jarzynowy 100 ml (***GLU, SEL***), **Podwieczorek:** Surówka z kalarepy z jogurtem i koperkiem 100 g ,	Chleb razowy 100 g (***GLU***), Masło 15 g 1 szt (***MLE***), Ser deliser 60 g (***MLE***), Baleron drobiowy 30 g , Herbata bez cukru 250 ml , sałatka z ogórka kiszonego 80 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2246.68 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.81 g; Cholesterol: 281.06 mg; Węglowodany ogółem: 247.67 g; Cukry proste: 31.00 g; Sód: 1721.75 mg; Błonnik pokarmowy: 33.00 g;		
środa 2024-10-02	**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***),	Kalafiorowa na schabie /zmiksowana/ 500 ml (***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: 313.10 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