

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-10-22</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA</b>		
manna 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> ), Pasta z twarogu i makreli 60 g ( <b>RYB, MLE</b> ), Szyunka z piersi indyka 30 g ( <b>GLU</b> ), sałatka z pomidora i rukoli 100 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Solferino 400 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), Roladka z indyka duszona 90 g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchwi i pora z olejem 150 g, Ryż brązowy 150 g, Sos koperkowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kompot truskawkowy z/c 250 ml, Gruszka 150 g,	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ), Szynekóweczka 30 g ( <b>GLU</b> ), Sałatka z ogórka świeżego z koperkiem i olejem 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2024-10-22</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA</b>		
manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Szyunka z piersi indyka 30 g ( <b>GLU</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Zacierka na w ywarze 400 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Roladka z indyka duszona 90 g ( <b>GLU</b> ), Ryż biały 150 g, Sos koperkowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), marchew oprószana 150 g ( <b>GLU</b> ), kompot truskawkowy z/c 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Miód 25 g, Szynekóweczka 60 g ( <b>GLU</b> ), Sałatka z cukinii z koncentratem 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2024-10-22</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA</b>		
manna 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> ), Szyunka z piersi indyka 30 g ( <b>GLU</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Zacierka na w ywarze 400 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Roladka z indyka duszona 90 g ( <b>GLU</b> ), Ryż biały 150 g, Sos koperkowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), marchew oprószana 150 g ( <b>GLU</b> ), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Miód 25 g, Szynekóweczka 60 g ( <b>GLU</b> ), Sałatka z cukinii z koncentratem 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2024-10-22</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA</b>		
manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Tw aróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Szyunka z piersi indyka 30 g ( <b>GLU</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g, kawa z ml. 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Zacierka na wywarze 400 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Potrawka drobiowa z indyka 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż biały 150 g, marchew oprószana 150 g ( <b>GLU</b> ), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Miód 25 g, Szynekóweczka 60 g ( <b>GLU</b> ), Sałatka z cukinii z koncentratem 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2024-10-22</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA</b>		
manna 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> ), Szyunka z piersi indyka 30 g ( <b>GLU</b> ), sałatka z pomidora i rukoli 100 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 0,3 1 szt,	Zacierka na w ywarze 400 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Roladka z indyka duszona 90 g ( <b>GLU</b> ), Ryż brązowy 150 g, Sos koperkowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Surówka z marchwi i pora z olejem 150 g, kompot truskawkowy b/c 250 ml, <b>Podwieczorek:</b> Gruszka 150 g,	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ), Szynekóweczka 30 g ( <b>GLU</b> ), Sałatka z ogórka świeżego z koperkiem i olejem 80 g, Herbata bez cukru 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2024-10-22</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNA WZBOGAĆONA</b>		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Zacierka na filecie z indyka z masłem /zmiksowana/ 500 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Budyń płynny z masłem 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		