

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-10-28</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 1 PODSTAWOWA</b>		
Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Bułka grahanka 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Baleron drobiowy 60 g, Serek topiony 25g 1 szt ( <b>MLE</b> ), surówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Barszcz biały 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Kotlecik z kapusty, mięsa i ryżu 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Fasolka szparagowa z masłem 150 g, Ziemniaki 150 g, Kompot truskawkowy 250 ml, Jabłko 150 g, Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ),	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g ( <b>GLU</b> ), Sałatka z ogórka świeżego z koperkiem i olejem 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>poniedziałek 2024-10-28</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 2 ŁATWOSTRAWNA</b>		
Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Chleb bałtonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Barszcz biały 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	Chleb bałtonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g ( <b>GLU</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>poniedziałek 2024-10-28</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA</b>		
Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Chleb bałtonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Barszcz biały bez śmietany 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	Chleb bałtonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Dżem 1 szt, Kielbasa krakowska 60 g ( <b>GLU</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>poniedziałek 2024-10-28</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA</b>		
Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Baleron drobiowy 60 g, Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Sałatka z marchwi i jabłka 80 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Barszcz biały 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka z selera i jabłka z natką pietruszki 150 g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki z natką pietruszki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Dżem 1 szt, Szynekóweczka 60 g ( <b>GLU</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>poniedziałek 2024-10-28</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 6 CUKRZYCOWA</b>		
Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Bułka grahanka 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Baleron drobiowy 60 g, Serek topiony 25g 1 szt ( <b>MLE</b> ), surówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g, Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy 30g ( <b>GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Brokuł gotowany ze słonecznikiem 200 g ( <b>GLU, MLE, ORZ</b> ),	Barszcz biały bez śmietany 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Kotlecik z kapusty, mięsa i ryżu 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Fasolka szparagowa z masłem 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kompot truskawkowy bez cukru 250 ml, <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z owocami leśnymi bez cukru 200 g,	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Twarożek haga 1 szt ( <b>MLE</b> ), Kielbasa krakowska 60 g ( <b>GLU</b> ), Sałatka z ogórka świeżego z koperkiem i olejem 80 g, Herbata bez cukru 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>poniedziałek 2024-10-28</b>		
<b>Dieta: PASŁEK - 14 PŁYNNA WZBOGAONA</b>		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Ziemniaczanka na łopacie /z miksowaną/ 500 g ( <b>MLE, SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z czarnej porzeczki /zmiksowany/ 200 g,	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		