

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-11-29		
Dieta: PASŁĘK - 1		
masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), ogórek świeży 30 g, Makaron na mleku 300 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), kawa z ml. 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb graham 50 g (<i>GLU</i>), Rzodkiewka w plastrach 30 g, serek tartare 20g 1 szt (<i>MLE</i>), Szynkówezcza 60 g, Bułka grahamka 70 g (<i>GLU</i>),	barszcz czerwony z/ śm. w.ob. 400 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), polędwiczki wieprzowe duszone 90 g (<i>GLU</i>), kasza orkiszowa 150 g (<i>GLU</i>), kisiel płynny 250 ml, brokuł gotowany z ziołami 150 g (<i>MLE</i>), jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>), sos koperkowy obr. 100 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250 ml, ryba po grecku 100 g (<i>GLU, JAJ, RYB, SEL</i>), surówka z kapusty pekińskiej z papryką 100 g, Chleb razowy 100 g (<i>GLU</i>), baleron drobiowy 30 g (<i>GLU</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 2099.69 kcal; Białko ogółem: 82.20 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 36.51 g; Cholesterol: 356.42 mg; Węglowodany ogółem: 310.86 g; Cukry proste: 53.00 g; Sód: 2210.32 mg; Błonnik pokarmowy: 31.14 g;		
środa 2023-11-29		
Dieta: PASŁĘK - 2		
masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Makaron na mleku 300 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), kawa z ml. 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), Szynkówezcza 60 g, chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), serek tartare 20g 1 szt (<i>MLE</i>), Mus z jabłka 80 g,	barszcz czerwony z/ śm. w.ob. 400 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), polędwiczki wieprzowe duszone 90 g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150 g, kisiel płynny 250 ml, brokuł gotowany z ziołami 150 g (<i>MLE</i>), sos koperkowy obr. 100 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>),	masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250 ml, ryba po grecku 100 g (<i>GLU, JAJ, RYB, SEL</i>), Mix sałat 30 g, chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), baleron drobiowy 30 g (<i>GLU</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 1901.64 kcal; Białko ogółem: 70.21 g; Tłuszcz: 62.26 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 35.59 g; Cholesterol: 356.42 mg; Węglowodany ogółem: 282.72 g; Cukry proste: 54.17 g; Sód: 2195.57 mg; Błonnik pokarmowy: 21.50 g;		
środa 2023-11-29		
Dieta: PASŁĘK - 3		
Masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>), Makaron na mleku 300 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), Szynkówezcza 60 g, chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), serek tartare 20g 1 szt (<i>MLE</i>), Mus z jabłka 80 g,	barszcz czerwony z/ śm. w.ob. 400 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), polędwiczki wieprzowe duszone 90 g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150 g, kisiel płynny 250 ml, jarzyna got w.obr. 150 g (<i>GLU, SEL</i>), Sos koperkowy 100 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>),	Masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250 ml, ryba po grecku bez panierki 100 g (<i>GLU, JAJ, RYB, SEL</i>), Sałatka z marchwi 80 g, chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), baleron drobiowy 30 g (<i>GLU</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 1853.74 kcal; Białko ogółem: 66.80 g; Tłuszcz: 56.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 29.84 g; Cholesterol: 329.26 mg; Węglowodany ogółem: 286.92 g; Cukry proste: 56.08 g; Sód: 2264.35 mg; Błonnik pokarmowy: 21.40 g;		
środa 2023-11-29		
Dieta: PASŁĘK - 4		
masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Makaron na mleku 300 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), kawa z ml. 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), serek tartare 20g 1 szt (<i>MLE</i>), Szynkówezcza 60 g, Mus z jabłka 80 g,	barszcz czerwony z/ śm. w.ob. 400 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Klops wieprzowy gotowany 90 g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), Ziemniaki 150 g, kisiel płynny 250 ml, jarzyna got w.obr. 150 g (<i>GLU, SEL</i>), jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>), sos koperkowy obr. 100 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250 ml, Baleron drobiowy 60 g (<i>GLU</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), Sałatka z marchwi 80 g,
Wartości odżywcze: Energia : 1980.45 kcal; Białko ogółem: 73.87 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 38.04 g; Cholesterol: 275.52 mg; Węglowodany ogółem: 286.81 g; Cukry proste: 55.96 g; Sód: 3298.49 mg; Błonnik pokarmowy: 20.63 g;		
środa 2023-11-29		
Dieta: PASŁĘK - 6		
masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), ogórek świeży 30 g, Makaron na mleku 300 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), kawa z ml b/c 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), Szynkówezcza 60 g, chleb graham 50 g (<i>GLU</i>), Rzodkiewka w plastrach 30 g, serek tartare 20g 1 szt (<i>MLE</i>), Bułka grahamka 70 g (<i>GLU</i>), II Śniadanie: sok pomidorowy 0,33 1 szt,	barszcz czerwony z/ śm. w.ob. 400 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), polędwiczki wieprzowe duszone 90 g (<i>GLU</i>), kasza orkiszowa 150 g (<i>GLU</i>), kisiel płynny b/c 250 ml, brokuł gotowany z ziołami 150 g (<i>MLE</i>), sos koperkowy obr. 100 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Podwieczorek: Sałatka Caprese 150g 1 Por (<i>MLE</i>),	masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), herbata b/c 250 ml, ryba po grecku 100 g (<i>GLU, JAJ, RYB, SEL</i>), surówka z kapusty pekińskiej z papryką 100 g, Chleb razowy 100 g (<i>GLU</i>), baleron drobiowy 30 g (<i>GLU</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 2024.51 kcal; Białko ogółem: 80.66 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 36.48 g; Cholesterol: 350.42 mg; Węglowodany ogółem: 275.51 g; Cukry proste: 18.20 g; Sód: 2172.87 mg; Błonnik pokarmowy: 32.38 g;		
środa 2023-11-29		
Dieta: PASŁĘK - 14		
Makaron na mleku /zmiksowany/ 500 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), II Śniadanie: Galaretka z chrupkami /zmiksowana/ 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),	Manna na wywarze z filetem /zmiksowane/ 500 ml (<i>GLU, SEL</i>), Podwieczorek: Biszkopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250 ml (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	Płatki jaglane na mleku z masłem /zmiksowane/ 500 ml (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 2342.05 kcal; Białko ogółem: 100.41 g; Tłuszcz: 100.21 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 58.90 g; Cholesterol: 413.10 mg; Węglowodany ogółem: 271.43 g; Cukry proste: 18.61 g; Sód: 1310.60 mg; Błonnik pokarmowy: 13.17 g;		

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny