

Oddział: Pasłęk		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-12-13 Dieta: PASŁĘK - 1		
Bułka grahamka 70 g (GLU), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), Pomidor 50 g , Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Masło 15g 1 szt (MLE), Chleb razowy 50 g (GLU), Papryka zielona słupki 30 g , Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Płatki jaglane na mleku 300 ml (MLE),	Kalafiorowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Ziemniaki 150 g , Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL),	Masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g (GLU), ryba po grecku 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Herbata z cukrem 250 ml , Coleslaw 100 g (MLE), Chleb razowy 100 g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2213.65 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 52.21 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.14 g; Cholesterol: 207.48 mg; Węglowodany ogółem: 274.48 g; Cukry proste: 34.63 g; Sód: 1621.29 mg; Błonnik pokarmowy: 33.81 g;		
środa 2023-12-13 Dieta: PASŁĘK - 2		
Kielbasa krakowska 30 g (GLU), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Masło 15g 1 szt (MLE), Mus z marchwi 80 g , Płatki jaglane na mleku 300 ml (MLE), chleb bałt. 100 g (GLU), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE),	Kalafiorowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL),	Masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g (GLU), Herbata z cukrem 250 ml , sałatka z cukinii 80 g , ryba po grecku bez panierki 100 g (GLU, RYB, SEL), chleb bałtonowski 100 g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2127.36 kcal; Białko ogółem: 73.33 g; Tłuszcz: 44.51 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.76 g; Cholesterol: 207.48 mg; Węglowodany ogółem: 291.56 g; Cukry proste: 39.48 g; Sód: 1879.79 mg; Błonnik pokarmowy: 30.47 g;		
środa 2023-12-13 Dieta: PASŁĘK - 3		
Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Płatki jaglane na mleku 300 ml (MLE), Mus z marchwi 80 g , chleb bałtonowski 100 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Kielbasa krakowska 30 g (GLU),	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE), Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Ziemniaki 150 g , Ziemniaczanka z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL),	sałatka z cukinii 80 g , Baleron drobiowy 30 g (GLU), Masło 10g 1 szt (MLE), Herbata z cukrem 250 ml , chleb bałtonowski 100 g (GLU), ryba po grecku bez panierki 100 g (GLU, RYB, SEL),
Wartości odżywcze: Energia : 2010.41 kcal; Białko ogółem: 67.50 g; Tłuszcz: 39.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.48 g; Cholesterol: 172.57 mg; Węglowodany ogółem: 247.42 g; Cukry proste: 36.25 g; Sód: 1932.94 mg; Błonnik pokarmowy: 30.32 g;		
środa 2023-12-13 Dieta: PASŁĘK - 4		
Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE), Szynka gotowana 30 g (SOJ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), Masło 15g 1 szt (MLE), Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Płatki jaglane na mleku 300 ml (MLE), Mus z marchwi 80 g ,	Kalafiorowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), klopsik wp. z szynki got. 90 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z cukrem 250 ml , Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE),	pulpet z ryby w sosie greckim 100 g (GLU, RYB, SEL), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), Masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g (GLU), Herbata z cukrem 250 ml , sałatka z cukinii 80 g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2033.53 kcal; Białko ogółem: 76.00 g; Tłuszcz: 40.34 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.24 g; Cholesterol: 264.71 mg; Węglowodany ogółem: 248.36 g; Cukry proste: 35.43 g; Sód: 1452.33 mg; Błonnik pokarmowy: 31.31 g;		
środa 2023-12-13 Dieta: PASŁĘK - 6		
Serek Hochland twarogowy 30g 1 szt (MLE), Płatki jaglane na mleku 300 ml (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE), Chleb razowy 50 g (GLU), Papryka zielona słupki 30 g , Masło 15g 1 szt (MLE), Kielbasa krakowska 30 g (GLU), Pomidor 50 g , Bułka grahamka 70 g (GLU), II Śniadanie: mandarynka 1 szt ,	Kalafiorowa 400 ml (GLU, MLE, SEL), Bitka wieprzowa gotowana 90 g (GLU), Ziemniaki 150 g , Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250 ml , Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Sos pomidorowy 100 ml (GLU, SEL), Podwieczorek: Pieczywo razowe wasa 2 szt (GLU),	Masło 15g 1 szt (MLE), Baleron drobiowy 30 g (GLU), ryba po grecku 100 g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Coleslaw 100 g (MLE), Herbata bez cukru 250 ml , Chleb razowy 100 g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2137.30 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 51.41 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.34 g; Cholesterol: 201.48 mg; Węglowodany ogółem: 257.53 g; Cukry proste: 16.53 g; Sód: 1574.02 mg; Błonnik pokarmowy: 33.61 g;		
środa 2023-12-13 Dieta: PASŁĘK - 14		
Płatki jaglane na mleku z masłem /zmiksowane/ 500 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Galaretkę z chrupkami /zmiksowana/ 250 ml (GLU, MLE),	Manna na wywarze z filetem /zmiksowane/ 500 ml (GLU, SEL), Podwieczorek: Biszkopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	Ryz na mleku z masłem /zmiksowany/ 500 ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia : 2232.05 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 84.76 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.82 g; Cholesterol: 413.10 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 13.17 g;		

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny