

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2023-12-15</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 1</b>		
Pomidor 50 g , Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), bułka grahanka 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 1 szt, masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka 30 g ,	śledź w śmietanie 80/150 230 g ( <b>RYB, MLE</b> ), Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki 150 g , kisiel płynny 250 ml , Pomarańcza 150 g ,	masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), pomidorki koktajlowe 30 g , Deliser plaster 20 g ( <b>MLE</b> ), herbata z cukrem 250 ml , ćwikła z chrzanem 60 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2170.55 kcal; Białko ogółem: 80.20 g; Tłuszcz: 57.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.66 g; Cholesterol: 302.98 mg; Węglowodany ogółem: 322.12 g; Cukry proste: 47.09 g; Sód: 1696.34 mg; Błonnik pokarmowy: 33.09 g;		
<b>piątek 2023-12-15</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 2</b>		
Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g , Dżem 1 szt ,	kefir 200g 1 szt , filet z dorsza z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki 150 g , kisiel płynny 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g ,	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Baleron drobiowy 60 g ( <b>GLU</b> ), Deliser plaster 20 g ( <b>MLE</b> ), herbata z cukrem 250 ml , Pomidor bez skóry 80 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2058.20 kcal; Białko ogółem: 84.13 g; Tłuszcz: 30.90 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.63 g; Cholesterol: 322.75 mg; Węglowodany ogółem: 353.49 g; Cukry proste: 47.08 g; Sód: 1259.09 mg; Błonnik pokarmowy: 31.58 g;		
<b>piątek 2023-12-15</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 3</b>		
Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g , Dżem 1 szt ,	kefir 200g 1 szt , filet z dorsza z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki 150 g , kisiel płynny 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g ,	chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Baleron drobiowy 60 g ( <b>GLU</b> ), herbata z cukrem 250 ml , Pomidor bez skóry 80 g , Ser deliser plaster 1 szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2038.62 kcal; Białko ogółem: 82.99 g; Tłuszcz: 30.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.55 g; Cholesterol: 309.19 mg; Węglowodany ogółem: 379.54 g; Cukry proste: 49.77 g; Sód: 1484.66 mg; Błonnik pokarmowy: 31.58 g;		
<b>piątek 2023-12-15</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 4</b>		
Dżem 1 szt , Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), Mus z jabłka bez cukru 80 g ,	kefir 200g 1 szt , Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), pulpet rybny 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, OZI, MLE, ORZ, SEL, SEZ</b> ), ziemniaki 150 g , kisiel płynny 250 ml , Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g , Jogurt owocowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Baleron drobiowy 60 g ( <b>GLU</b> ), herbata z cukrem 250 ml , Pomidor bez skóry 80 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2040.07 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 31.54 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.59 g; Cholesterol: 251.69 mg; Węglowodany ogółem: 367.77 g; Cukry proste: 49.06 g; Sód: 1139.29 mg; Błonnik pokarmowy: 32.02 g;		
<b>piątek 2023-12-15</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 6</b>		
Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), rzodkiewka 30 g , Mus z jabłka 50 g , Pomidor 50 g , twaróg z jogurtem 60 g ( <b>MLE</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ), bułka grahanka 70 g ( <b>GLU</b> ), ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Budyń bez cukru z musem truskawkowym 200 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	filet z dorsza z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), Kisiel płynny bez cukru 250 ml , Ziemniaki 150 g , Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150 g , <b>Podwieczorek:</b> kefir 200g 1 szt ,	masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), pomidorki koktajlowe 30 g , Pasztet drobiowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Herbata bez cukru 250 ml , Deliser plaster 20 g ( <b>MLE</b> ), ćwikła z chrzanem 60 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2181.08 kcal; Białko ogółem: 93.91 g; Tłuszcz: 38.51 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.87 g; Cholesterol: 441.75 mg; Węglowodany ogółem: 271.15 g; Cukry proste: 28.00 g; Sód: 1130.22 mg; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;		
<b>piątek 2023-12-15</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 14</b>		
Ryż na mleku z masłem /zmiksowany/ 500 ml ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Suchary na mleku z masłem /zmiksowane/ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),	Manna na wywarze z filetem /zmiksowane/ 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEZ</b> ),	Płatki jaglane na mleku z masłem /zmiksowane/ 500 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2391.00 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 89.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.54 g; Cholesterol: 509.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.11 g; Cukry proste: 11.23 g; Sód: 1802.10 mg; Błonnik pokarmowy: 12.16 g;		

<b>Oddział: Pasłek</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczerek</b>	<b>Kolacja Posilek nocny</b>