

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-11-21 Dieta: PASŁEK - 1 PODSTAWOWA		
Ryż na mleku 300 ml (<i>MLE</i>), Bułka grahamka 70 g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), surówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g , Jajko gotowane 50 g (<i>JAJ</i>), Kiełbasa krakowska 30 g (<i>GLU</i>), Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),	Pomidorowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), gulasz wp-warzywny 250 g (<i>GLU, SEL, GOR</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Kopytka ziemniaczane 150 g , kompot truskawkowy z/c 250 ml , Jabłko 150 g ,	Chleb razowy 100 g (<i>GLU</i>), Masło 15 g 1 szt (<i>MLE</i>), pasta drobiowo-warzywna ze szczypiorkiem 60 g (<i>SEL</i>), dzem 1 szt , Sałatka wiosenna 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2247.34 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.20 g; Cholesterol: 297.83 mg; Węglowodany ogółem: 281.89 g; Cukry proste: 34.55 g; Sód: 877.59 mg; Błonnik pokarmowy: 32.61 g;		
czwartek 2024-11-21 Dieta: PASŁEK - 2 ŁATWOSTRAWNA		
Ryż na mleku 300 ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 20 g (<i>MLE</i>), Kiełbasa krakowska 60 g (<i>GLU</i>), Jabłko gotowane 150 g , Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),	Pomidorowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Ziemniaki 150 g , Sos jarzynowy 100 ml (<i>GLU, SEL</i>), kompot truskawkowy z/c 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>),	Chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), Masło 15 g 1 szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (<i>SEL</i>), dzem 1 szt , Sałatka z marchwi z olejem 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2131.05 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 46.96 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.02 g; Cholesterol: 261.53 mg; Węglowodany ogółem: 299.11 g; Cukry proste: 37.50 g; Sód: 1264.41 mg; Błonnik pokarmowy: 32.76 g;		
czwartek 2024-11-21 Dieta: PASŁEK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA		
Ryż na mleku 300 ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 20 g (<i>MLE</i>), Szyunka z piersi indyka 60 g (<i>GLU</i>), Jabłko gotowane 150 g , Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Ziemniaki 150 g , Sos jarzynowy 100 ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot truskawkowy 250 ml , Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>),	Chleb baltonowski 100 g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (<i>SEL</i>), Dzem 1 szt , Sałatka z marchwi z olejem 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2134.18 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz: 38.78 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.65 g; Cholesterol: 196.56 mg; Węglowodany ogółem: 278.58 g; Cukry proste: 40.28 g; Sód: 1388.49 mg; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;		
czwartek 2024-11-21 Dieta: PASŁEK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA		
Ryż na mleku 300 ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU</i>), masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1 szt (<i>MLE</i>), Szyunka z piersi indyka 60 g (<i>GLU</i>), Jabłko gotowane 150 g , Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),	Pomidorowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Ziemniaki 150 g , Sos jarzynowy 100 ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot truskawkowy 250 ml , Jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>),	chleb pszenny 100 g (<i>GLU</i>), Masło 15 g 1 szt (<i>MLE</i>), Pasta drobiowo-warzywna 60 g (<i>SEL</i>), Dzem 1 szt , Sałatka z marchwi z olejem 80 g , herbata z cukrem 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2078.06 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 46.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.83 g; Cholesterol: 264.36 mg; Węglowodany ogółem: 264.82 g; Cukry proste: 35.83 g; Sód: 1262.93 mg; Błonnik pokarmowy: 33.11 g;		
czwartek 2024-11-21 Dieta: PASŁEK - 6 CUKRZYCOWA		
Ryż na mleku 300 ml (<i>MLE</i>), Bułka grahamka 70 g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 30 g (<i>GLU</i>), masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 50 g (<i>JAJ</i>), Kiełbasa krakowska 30 g (<i>GLU</i>), surówka z kapusty pekińskiej z papryką z olejem 100 g , Kawa z mlekiem bez cukru 250 ml (<i>GLU, MLE</i>), II Śniadanie: kefir 200g 1 szt (<i>MLE</i>),	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Klopsik wieprzowy z pieca 90 g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g , Ziemniaki 150 g , Sos jarzynowy 100 ml (<i>GLU, SEL</i>), kompot truskawkowy b/c 250 ml , Podwieczorek: Jabłko 150 g ,	Chleb razowy 100 g (<i>GLU</i>), Masło 15 g 1 szt (<i>MLE</i>), pasta drobiowo-warzywna ze szczypiorkiem 60 g (<i>SEL</i>), Sałatka wiosenna 80 g , Herbata bez cukru 250 ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2135.59 kcal; Białko ogółem: 90.11 g; Tłuszcz: 54.65 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.15 g; Cholesterol: 276.73 mg; Węglowodany ogółem: 242.68 g; Cukry proste: 15.97 g; Sód: 1102.67 mg; Błonnik pokarmowy: 32.58 g;		
czwartek 2024-11-21 Dieta: PASŁEK - 14 PŁYNNA WZBOGAĆCONA		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), II Śniadanie: Suchary na mleku z masłem /zmiksowane/ 250 ml (<i>GLU, MLE</i>),	Ziemniaczanka na łyżeczce /zmiksowana/ 500 g (<i>MLE, SEL</i>), Podwieczorek: Kisiel z czarnej porzeczki /zmiksowany/ 200 g ,	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 2184.25 kcal; Białko ogółem: 70.30 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.49 g; Cholesterol: 309.20 mg; Węglowodany ogółem: 241.28 g; Cukry proste: 18.50 g; Sód: 1007.90 mg; Błonnik pokarmowy: 11.67 g;		