

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-22 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2024-08-22 czwartek	NSACZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GOR,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Barszcz biały z ziemniakami (.). 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Leczo z cukini z kielbasa. 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ryż na sypko 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salatka z pomidorów i koperku 100 g	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-t waróg 120g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 598,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,5 Tłuszcz [g] 93,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 357,9 w tym cukry [g] 87,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Sól [g] 8,1
	NSACZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GOR,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Ziemniaczana (.). 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta (.). 300 g Ryż na sypko 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salatka z pomidorów i koperku 100 g	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-t waróg 120g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 317 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,8 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 340,4 w tym cukry [g] 84,5 Błonnik pokarmowy [g] 16,7 Sól [g] 4,6
	NSACZ- 6 Z ogr: łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GOR,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 20 g	Barszcz biały z ziemniakami (.). 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta (.). 300 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE,</u>)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-t waróg 120g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 243,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 306,6 w tym cukry [g] 59,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Sól [g] 6,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-22 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2024-08-23 piątek	NSAČZ-1 Podstawowa	Kakao z mlekiem 250 ml (MLE) Platki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Śliwka szt 2 szt Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)		Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 150 g		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 451,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,3 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 355,2 w tym cukry [g] 117,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Sól [g] 8,7
	NSAČZ-2 Łatwo strawna	Kakao z mlekiem 250 ml (MLE) Platki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)		Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 90 g (RYB) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Roszponka 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 095 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,4 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Węglowodany ogółem [g] 313,8 w tym cukry [g] 107,6 Błonnik pokarmowy [g] 23 Sól [g] 7
	NSAČZ-6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Śliwka szt 2 szt Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE)	Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL)	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 90 g (RYB) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 150 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 100,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,8 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 280,4 w tym cukry [g] 67,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 11,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-22 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2024-08-24 sobota	NSACZ-1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g		Selerowa z ziemniakami * (). 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Szpinak baby 20 g Pomidor 80 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 306 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,2 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 365,5 w tym cukry [g] 86,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 9,4
	NSACZ-2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE,</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g		Selerowa z ziemniakami * (). 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz wołowy-dieta. 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Szpinak baby 20 g Pomidor 80 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 202,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76,2 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 349,3 w tym cukry [g] 83,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 Sól [g] 6,9
	NSACZ-6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 20 g	Selerowa z ziemniakami * (). 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u>) Pomidor 80 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 236,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,7 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 327,3 w tym cukry [g] 59,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 Sól [g] 9,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-22 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2024-08-25 niedziela	NSACZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa,wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 610,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,7 Tłuszcz [g] 86,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 330,2 w tym cukry [g] 110,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Sól [g] 8,6
	NSACZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa,wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 461,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,2 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 310,3 w tym cukry [g] 102,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Sól [g] 8,1
	NSACZ- 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ,</u>) Mix салат 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ,</u>) Mix салат 20 g	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa,wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 448,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,2 Tłuszcz [g] 92,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Węglowodany ogółem [g] 284,6 w tym cukry [g] 61,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Sól [g] 10,3

2024-08-26 poniedziałek	NSACZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g		Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-truskawko wy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Kalafior gotowany* 100 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 277,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,4 Tłuszcz [g] 65,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 348,5 w tym cukry [g] 89 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 6,2
	NSACZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica premium-wędlina dr. średnio rozdz. 40 g (<u>SOJ</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g		Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-truskawko wy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Kalafior gotowany* 100 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 108,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75,2 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 331,9 w tym cukry [g] 86,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,2 Sól [g] 4,8
	NSACZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 20 g Połędwica premium-wędlina dr. średnio rozdz. 40 g (<u>SOJ</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 20 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-truskawko wy* 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Biskopki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Kalafior gotowany* 100 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 150,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 339,5 w tym cukry [g] 64,3 Błonnik pokarmowy [g] 43 Sól [g] 6,6