

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-08 do dnia 2024-11-13 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA	
2024-11-08 piątek	NSACZ- 1 Podstawowa	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u> ,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 2 szt Śliwka szt 2 szt Mix салат 20 g		Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka żydowska z olejem () 150 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 60 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u> ,) Pomidor 100 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 652,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93 Tłuszcz [g] 88 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 387,1 w tym cukry [g] 101,4 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sól [g] 7,4
	NSACZ- 2 Latwo strawna	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u> ,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Mix салат 20 g		Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ,) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Pomidor 100 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 389,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,1 Tłuszcz [g] 67 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 369,2 w tym cukry [g] 99,6 Błonnik pokarmowy [g] 21 Sól [g] 4,8
	NSACZ- 6 Z ogrlatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u> ,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (<u>MLE</u> ,) Śliwka szt 2 szt Mix салат 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u> ,) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u> ,) Papryka świeża 20 g	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 60 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u> ,) Pomidor 100 g	Paluszki z kminkiem 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 415,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,5 Tłuszcz [g] 95 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Węglowodany ogółem [g] 322,4 w tym cukry [g] 58,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Sól [g] 9,8

2024-11-09 sobota	NSACZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Platki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt		Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (GLU PSZ,) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ,) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 533,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,6 Tłuszcz [g] 76,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 368,9 w tym cukry [g] 97,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Sól [g] 10
	NSACZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Platki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt		Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (GLU PSZ,) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 330,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,5 Tłuszcz [g] 60,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 347 w tym cukry [g] 87,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 Sól [g] 9,7
	NSACZ-6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE,) Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE,) Twaróg półtusty 30 g (MLE,) Ogórek kiszony 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (GLU PSZ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE,)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ,) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 403,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,6 Tłuszcz [g] 81,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 Węglowodany ogółem [g] 338,3 w tym cukry [g] 69,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Sól [g] 9,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-08 do dnia 2024-11-13 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2024-11-10 niedziela	NSAÇZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynka z gór-wędzonka wieprzowa,wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Ser żółty 50 g (MLE,) Banan 1szt. 1 szt Szpinak baby 20 g	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kapusta zasmażana () 150 g (GLU PSZ,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Brokuł gotowany* 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 632,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 385,7 w tym cukry [g] 104,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 9,2	
	NSAÇZ- 2 Latwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynka z gór-wędzonka wieprzowa,wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE,) Banan 1szt. 1 szt Szpinak baby 20 g	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Schab gotowany 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Brokuł gotowany* 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 249,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112 Tłuszcz [g] 47,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 346,4 w tym cukry [g] 100 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sól [g] 7,7	
	NSAÇZ- 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE,) Szynka z gór-wędzonka wieprzowa,wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE,) Gruszka 1szt. 150 g Szpinak baby 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE,) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobio wy,parzony,wędzony . 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 20 g	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Schab gotowany 90 g Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kapusta zasmażana () 150 g (GLU PSZ,) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Brokuł gotowany* 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-08 do dnia 2024-11-13 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2024-11-11 poniedziałek	NSAČZ- 1 Podstawowa	<p>Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i ryby got.(morszczuk) z koperkiem 70 g (RYB, MLE.) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka duszony 90 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p>	<p>Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g</p>	<p>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 346,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,4 Tłuszcz [g] 59 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 346,2 w tym cukry [g] 90,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sól [g] 6,7</p>	
	NSAČZ- 2 Latwo strawna	<p>Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i ryby got.(morszczuk) z koperkiem 70 g (RYB, MLE.) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 90 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p>	<p>Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g</p>	<p>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 229,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,2 Tłuszcz [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 332,8 w tym cukry [g] 85,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sól [g] 6,3</p>	
	NSAČZ- 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Ogórek kiszony 20 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Ogórek kiszony 20 g</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Kefir 2% tł 200 ml (MLE.)</p>	<p>Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g</p>	<p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-08 do dnia 2024-11-13 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2024-11-12 wtorek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) 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.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pasztecik pieczony drobiowy 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salata zielona 20 g Gruszka 1szt. 150 g	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz. parzo.z dodk.wody w osł.niejad 40 g Papryka świeża 100 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Chalka 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 475,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Węglowodany ogółem [g] 390,1 w tym cukry [g] 97 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Sól [g] 7,7
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Banan 1szt. 1 szt Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz. parzo.z dodk.wody w osł.niejad 40 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Chalka 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 487,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,9 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 383,4 w tym cukry [g] 115,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Sól [g] 6,8
	NSĄCZ- 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Gruszka 1szt. 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Pomidor 20 g	Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Jogurt naturalny 3% tł. 1szt 1 szt (MLE.)	Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz. parzo.z dodk.wody w osł.niejad 40 g Papryka świeża 100 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Wafle ryżowe 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-08 do dnia 2024-11-13 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2024-11-13 środa	NSAČZ- 1 Podstawowa	Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor 80 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwikła z chrzanem () 150 g (MLE, SOJ.) Kalańior gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEČZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa,wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 500 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,6 Tłuszcz [g] 65,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Węglowodany ogółem [g] 386,2 w tym cukry [g] 108,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Sól [g] 9,1	
	NSAČZ- 2 Łatwo strawna	Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor 80 g	Grysiowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEČZ.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa,wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 171,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,5 Tłuszcz [g] 58 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 327 w tym cukry [g] 100,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 Sól [g] 7,3	
	NSAČZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5g (MLE.) Twarożek 20 g (MLE.) Rzodkiew biała 20 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kalańior gotowany* 150 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEČZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa,wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt