

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA NOWY SĄCZ

1		2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN
2025-04-14 poniedziałek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c Płatki pszenne na mleku/p (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE,</u>) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. (<u>SOJ,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Pomidor Rozsponka		Fasolowa z ziemniakami () (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z serem b/c (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b /c (<u>MLE,</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c		Kawa zbożowa z mlekiem/p (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M (<u>JAJ,</u>) Brokuł gotowany*	Ciasto drożdżowe (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c Płatki pszenne na mleku/p (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb pszenny (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna 50g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE,</u>) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. (<u>SOJ,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Pomidor Rozsponka		Dyniowa z ziemniakami () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z serem (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b /c (<u>MLE,</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c		Kawa zbożowa z mlekiem/p (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb pszenny (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna 50g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M (<u>JAJ,</u>) Brokuł gotowany*	Ciasto drożdżowe (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)

2025-04-14 poniedziałek	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Połudwica premium-wędlina dr. średnio rozd. (<u>SOJ.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor Rozszponka	Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona Papryka świeża	Dyniowa z ziemniakami () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z serem b/c (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b /c (<u>MLE.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c	Jabłko 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany*	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 068,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 88,6 Tłuszcz [g] 58,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 306,8 w tym cukry [g] 68,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sól [g] 6,2
2025-04-15 wtorek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c Zacierka na mleku/p (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd. wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad Ser mozzarella kulki (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej		Brokułowa z ziemniakami () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz wołowy. (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko Buraczki gotowane () Surówka z kapusty białej z olejem () Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c		Kawa zbożowa z mlekiem/p (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem (<u>MLE.</u>) Papryka konserwowa	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 367,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 83,5 Tłuszcz [g] 65,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 373,6 w tym cukry [g] 87,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sól [g] 7,7

2025-04-15 wtorek	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c Zacierka na mleku/p (GLU PSZ, MLE,) Chleb pszenny (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd. wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad Ser mozzarella kulki (MLE,) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej		Brokułowa z ziemniakami () (GLU PSZ, MLE, SEL,) Gulasz wołowy- dieta. (GLU PSZ,) Ryż na sypko Buraczki gotowane () Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c		Kawa zbożowa z mlekiem/p (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb pszenny (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. (MLE,) Twarożek z koperkiem (MLE,) Jabłko pieczone 1szt.	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kca l] [kcal] 2 232 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76,3 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 352,9 w tym cukry [g] 88,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 5,2
	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c Chleb razowy żytnio-pszenny (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd. wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad Ser mozzarella kulki (MLE,) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej	Chleb razowy żytnio-pszenny (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE,) Ser żółty (MLE,) Sałata zielona	Brokułowa z ziemniakami () (GLU PSZ, MLE, SEL,) Gulasz wołowy. (GLU PSZ,) Ryż na sypko (brązowy) Buraczki gotowane () Surówka z kapusty białej z olejem b/c Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c	Sok pomidorowy	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE,) Twarożek z koperkiem (MLE,) Papryka konserwowa	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kca l] [kcal] 2 206,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,9 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 318 w tym cukry [g] 51,2 Błonnik pokarmowy [g] 47 Sól [g] 8,7

2025-04-16 środa	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c kasza kukurydziana na ml/p (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE,</u>) Szynka piastowska-wędziona wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M (<u>JAJ,</u>) Ogórek kiszony Sałata zielona		Jarzynowa z makaronem dieta () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () Pulpet drobiowy (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () (<u>SEL,</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c		Kawa zbożowa z mlekiem/p (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-w arzywny () (<u>RYB,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski*	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 285,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,4 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 351,5 w tym cukry [g] 85 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Sól [g] 9,2
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c kasza kukurydziana na ml/p (<u>MLE,</u>) Chleb pszenny (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna 50g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE,</u>) Szynka piastowska-wędziona wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M (<u>JAJ,</u>) Pomidor Sałata zielona		Jarzynowa z makaronem dieta () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () Pulpet drobiowy (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem* Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c		Kawa zbożowa z mlekiem/p (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb pszenny (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna 50g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-w arzywny () (<u>RYB,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski*	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 118 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86 Tłuszcz [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 323,9 w tym cukry [g] 82,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sól [g] 5,8

2025-04-16 środa	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony Sałata zielona	Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki (<u>MLE.</u>) Pomidor	Jarzynowa z makaronem dieta () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () Pulpet drobiowy (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* Surówka wielowarzywna z olejem b/c () (<u>SEL.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c	Jogurt naturalny 3% tł. 1szt (<u>MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-w arzywny () (<u>RYB.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski*	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2126,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,9 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 305,6 w tym cukry [g] 54,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 Sól [g] 9,1
2025-04-17 czwartek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c Płatki owsiane na mleku/p (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki (<u>MLE.</u>) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. (<u>SOJ.</u>) Pomidor Rozsponka		Barszcz biały z ziemniakami () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c Mandarynka		Kawa zbożowa z mlekiem/p (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa () (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2588,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,8 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Węglowodany ogółem [g] 395,6 w tym cukry [g] 92,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,9 Sól [g] 10,8

2025-04-17 czwartek	NSACZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c Płatki owsiane na mleku/p (MLE, GLU OW.) Chleb pszenny (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. (MLE.) Twarożek z natką pietruszki (MLE.) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. (SOJ.) Pomidor Rozszponka		Ziemniaczana () (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* (SEL, GLU JECZ.) Brokuł gotowany* Sos pomidorowy (GLU PSZ.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c		Kawa zbożowa z mlekiem/p (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa - dieta () (MLE, SEL.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-b rzoskwinia 100g (tubka)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 325,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,3 Tłuszcz [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 346,8 w tym cukry [g] 85,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sól [g] 6,5
	NSACZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c Chleb razowy żytnio-pszenny (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszen na 50g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE.) Twarożek z natką pietruszki (MLE.) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. (SOJ.) Pomidor Rozszponka	Chleb razowy żytnio-pszenny (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE.) Ser żółty (MLE.) Ogórek kiszony	Barszcz biały z ziemniakami () (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c	Kisiel o smaku truskawkowym b/c	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszen na 50g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa () (JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Sok warzywny 0,3l (SEL.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 340,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 321,1 w tym cukry [g] 56,8 Błonnik pokarmowy [g] 42 Sól [g] 11,4

2025-04-18 piątek	NSACZ- 1 Podstawowa	Kawa zbożowa z mlekiem z/c (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Kasza manna na mleku/p (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Miód (25g) Jabłko 1 szt Mix sałat		Szpinakowa z zacierką () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba smażona (Morszczuk) (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () Surówka z kapusty czerwonej z olejem Bukiet jarzyn gotowany z olejem* (<u>SEL.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c		Herbata czarna granulowana z/c Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem (<u>JAJ, GOR.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z mozzarellą. (<u>MLE.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l (<u>MLE.</u>) Chałka (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 964,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,7 Tłuszcz [g] 103,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 418,4 w tym cukry [g] 92 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Sól [g] 7
	NSACZ- 2 Łatwo strawna	Kawa zbożowa z mlekiem z/c (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Kasza manna na mleku/p (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb pszenny (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Miód (25g) Jabłko 1 szt Mix sałat		Szpinakowa z zacierką () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Morszczuk) (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () Sos koperkowy () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* (<u>SEL.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c		Herbata czarna granulowana z/c Chleb pszenny (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z mozzarellą. (<u>MLE.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l (<u>MLE.</u>) Chałka (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 566,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2 Tłuszcz [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 374,6 w tym cukry [g] 80 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 5,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2025-04-18 piątek	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Ser żółty (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt Mix sałat	Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty (<u>MLE.</u>) Sałata zielona	Szpinakowa z zacierką () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Morszczuk) (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () Bukiet jarzyn gotowany z olejem* (<u>SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c	Maślanka (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem (<u>JAJ, GOR.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z mozzarellą. (<u>MLE.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% (<u>MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kca l] [kcal] 2 500,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,5 Tłuszcz [g] 102,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 Węglowodany ogółem [g] 301,7 w tym cukry [g] 73,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 Sól [g] 7,9
2025-04-19 sobota	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c Płatki jęczmienna na mleku /p (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g Serek Fromage (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Pomidor Rozszponka		Koperkowa z ziemniakami () (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko (<u>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () Marchew gotowana z olejem* Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c		Kawa zbożowa z mlekiem/p (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () (<u>RYB, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem ()	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kca l] [kcal] 2 455,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72 Tłuszcz [g] 74,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 391,3 w tym cukry [g] 114,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 7,7

2025-04-19 sobota	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c Płatki jęczmienna na mleku /p (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb pszenny (GLU PSZ.) Masło 83% tł. (MLE.) Dżem 25 g Serek homo naturalny 150g (MLE.) Pomidor Rozszponka		Koperkowa z ziemniakami () (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Kasza kuskus/sypko (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Marchew gotowana z olejem* Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c		Kawa zbożowa z mlekiem/p (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb pszenny (GLU PSZ.) Masło 83% tł. (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () (RYB, SEL.) Cukinia pieczona z olejem ()	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 323,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,4 Tłuszcz [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 369,1 w tym cukry [g] 107,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Sól [g] 6,4
	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c Chleb razowy żytnio-pszenny (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE.) Hummus (SEZ.) Serek homo naturalny 150g (MLE.) Pomidor Rozszponka	Sok pomidorowy 0,3l	Koperkowa z ziemniakami () (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () Marchew gotowana z olejem* Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c	Budyń o smaku śmietankowym/ p z/c (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () (RYB, SEL.) Cukinia pieczona z olejem ()	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 347,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 Węglowodany ogółem [g] 341,8 w tym cukry [g] 72 Błonnik pokarmowy [g] 41,4 Sól [g] 9,4

2025-04-20 niedziela	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c Kasza manna na mleku/p (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. (<u>SOJ.</u> <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u>) Jajko gotowane kl M (<u>JAJ.</u>) Mandarynka Szpinak baby		Żurek z ziemniakami () (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Kotlet schabowy (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () Kapusta zasmażana () (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c Babka makowa (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u>)		Kawa zbożowa z mlekiem/p (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona Sałatka jarzynowa () (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>JAJ.</u>)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 882,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,4 Tłuszcz [g] 87,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Węglowodany ogółem [g] 434,3 w tym cukry [g] 114,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,9 Sól [g] 9,4
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c Kasza manna na mleku/p (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb pszenny (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. (<u>SOJ.</u> <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u>) Jajko gotowane kl M (<u>JAJ.</u>) Mandarynka Szpinak baby		Ziemniaczana () (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Schab gotowany Ziemniaki z koperkiem gotowane () Sos własny () (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c Babka piaskowa (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>OZI.</u> <u>MLE.</u>)		Kawa zbożowa z mlekiem/p (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb pszenny (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona Sałatka jarzynowa - dieta () (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u>)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 681,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,4 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 405,9 w tym cukry [g] 134,3 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 7,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-21 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2025-04-20 niedziela	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędziona, parzona z wodą dodaną. (<u>SOJ.</u> może zawierać: <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u>) Jajko gotowane kl M (<u>JAJ.</u>) Kiwi 1 szt Szpinak baby	Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Polędwica premium-wędliną dr. średnio rozd. (<u>SOJ.</u>) Pomidor	Żurek z ziemniakami () (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Schab gotowany Sos własny () (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () Kapusta zasmażana () (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c Paluszki z kminkiem (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u>)	Podpłomyki b/c (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona Sałatka jarzynowa - dieta () (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 457,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 353,2 w tym cukry [g] 49,6 Błonnik pokarmowy [g] 45,2 Sól [g] 13,1
2025-04-21 poniedziałek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c Płatki owsiane na mleku/p (<u>MLE.</u> <u>GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona Papryka konserwowa Roszponka		Rosół z makaronem () (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Filet z kurczaka duszony (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () Sos koperkowy* (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Dynia duszona z olejem* (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* z/c		Kawa zbożowa z mlekiem/p (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski*	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 279 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,7 Tłuszcz [g] 58,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 339,4 w tym cukry [g] 81,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,3 Sól [g] 7,5

2025-04-21 poniedziałek	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c Płatki owsiane na mleku/p (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb pszenny (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona Pomidor Roszponka		Rosół z makaronem () (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka duszony (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy * (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () Dynia duszona z olejem* (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c		Kawa zbożowa z mlekiem/p (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb pszenny (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski*	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 160,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108 Tłuszcz [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 317,6 w tym cukry [g] 81,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 Sól [g] 6,3
	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Ser żółty (<u>MLE.</u>) Pomidor	Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Ser żółty (<u>MLE.</u>) Pomidor	Rosół z makaronem () (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka duszony (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy * (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () Dynia duszona z olejem* (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c	Mandarynka	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski*	Sok warzywny 0,3l (<u>SEL.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 118,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,9 Tłuszcz [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 287,8 w tym cukry [g] 47,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Sól [g] 10,1