

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-23 do dnia 2024-04-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-04-23 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Połędwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Połędwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Połędwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-23 do dnia 2024-04-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2024-04-23 wtorek

	NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
Obiad	<p>Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 200 g Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza gryczana 200 g Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>
PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-23 do dnia 2024-04-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-04-23 wtorek	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g
		Wartość energetyczna: 2519.69 kcal; Białko ogółem: 106.24 g; Tłuszcz: 65.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 390.65 g; W tym cukry: 106.75 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2302.54 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 58.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 355.69 g; W tym cukry: 102.10 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2405.87 kcal; Białko ogółem: 103.08 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 362.09 g; W tym cukry: 59.92 g; Błonnik pok.: 44.74 g; Sól: 9.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-23 do dnia 2024-04-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-04-24 środa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Mandarynka 2 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Ryż na mleku 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidorki koktajlowe 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Mandarynka 2 szt Pomidorki koktajlowe 80 g
II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 20 g (SOJ.) Papryka konserwowa 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-23 do dnia 2024-04-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-04-24 środa	Obiad	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml
		PD		Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 40 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno- 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobiona 40 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-23 do dnia 2024-04-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-04-24 środa	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Chałka 30 g (GLU PSZ. JAJ.)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.)
		Wartość energetyczna: 2675.66 kcal; Białko ogółem: 115.83 g; Tłuszcz: 85.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 373.45 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2345.98 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 339.14 g; W tym cukry: 81.54 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2281.52 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 334.64 g; W tym cukry: 53.11 g; Błonnik pok.: 41.19 g; Sól: 10.07 g;
2024-04-25 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ. JAJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Bułka graham-pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-23 do dnia 2024-04-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-04-25 czwartek	II ŚN			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.) Ogórek kiszony 20 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięсно-warzywny m, z miesa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 150 g Sałatka szwedzka z olejem 150 g (GOR.)	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięсно-warzywny m, z miesa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięсно-warzywny m, z miesa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml
	PD			Chrupki kukurydziane 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-23 do dnia 2024-04-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-04-25 czwartek	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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>) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Paluszki z kminkiem 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2895.01 kcal; Białko ogółem: 119.39 g; Tłuszcz: 104.50 g; Kw. tł. nasy.: 39.95 g; Węglowodany ogółem: 378.67 g; W tym cukry: 76.07 g; Błonnik pok.: 37.42 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2506.42 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 349.44 g; W tym cukry: 70.37 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2698.38 kcal; Białko ogółem: 117.62 g; Tłuszcz: 105.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 336.17 g; W tym cukry: 35.92 g; Błonnik pok.: 43.43 g; Sól: 13.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-23 do dnia 2024-04-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-04-26 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) 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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) 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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) 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>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Mix sałat 20 g
	II ŚN			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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-23 do dnia 2024-04-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-04-26 piątek	Obiad		
PD	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 150 g Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)</p>
Kolacja	<p>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 extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g</p>	<p>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.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-23 do dnia 2024-04-26 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-04-26 piątek	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ. JAJ.)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2546.24 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 82.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 372.60 g; W tym cukry: 100.20 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2267.29 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 335.74 g; W tym cukry: 93.44 g; Błonnik pok.: 18.59 g; Sól: 4.62 g;	Wartość energetyczna: 2336.09 kcal; Białko ogółem: 94.66 g; Tłuszcz: 85.86 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 316.95 g; W tym cukry: 56.79 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 10.02 g;

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp.
1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

K - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

- % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

- % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,