

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-26 do dnia 2025-10-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2025-09-26 piątek	NSACZ- 1 Podstawowa	Zacierka na mleku/p 350 ml Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Śliwka szt 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml Ziemniaki gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Warzywa po grecku* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Paluch serowy 70g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 579,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95 Tłuszcz [g] 86,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 369,8 w tym cukry [g] 96,1 Blonnik pokarmowy [g] 28,6 Sól [g] 8,8
	NSACZ- 2 Łatwo strawna	Zacierka na mleku/p 350 ml Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt Chleb pszenny 50 g Masło 83% tł. 15 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g		Krupnik jęczmienny () 400 ml Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g Sos cytrynowy 100 ml Warzywa po grecku* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt Chleb pszenny 50 g Masło 83% tł. 15 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Paluch serowy 70g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 180,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,6 Tłuszcz [g] 58 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 337,2 w tym cukry [g] 113,1 Blonnik pokarmowy [g] 18,6 Sól [g] 4,3
	NSACZ-6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Ser żółty 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt Śliwka szt 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Hummus 30 g Salata zielona 5 g	Krupnik jęczmienny () 400 ml Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g Sos cytrynowy 100 ml Warzywa po grecku* b/c 150 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Krakersy 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Paluch serowy 70g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 291,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,5 Tłuszcz [g] 98,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 273,3 w tym cukry [g] 30,9 Blonnik pokarmowy [g] 36 Sól [g] 9,9
2025-09-27 sobota	NSACZ- 1 Podstawowa	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło 83% tł. 15 g Pasztecik pieczony drobiowy 50 g Ser mozzarella kulki 50 g Roszponka 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g		Koperkowa z ziemniakami obranymi () 400 ml Ryż na sypko 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło 83% tł. 15 g Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 402,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,3 Tłuszcz [g] 71,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 353,3 w tym cukry [g] 84,4 Blonnik pokarmowy [g] 28,2 Sól [g] 8,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-26 do dnia 2025-10-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2025-09-27 sobota	NSAÇZ- 2 Łatwo strawna	Platki owsiane na mleku/p 350 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło 83% tł. 15 g Kiełbasa Zielonogórska 40 g Ser mozzarella kulki 50 g Roszponka 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g		Koperkowa z ziemniakami obranymi () 400 ml Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 200 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło 83% tł. 15 g Poledwica premium-wędłina dr. średnio rozd. 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 255,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,6 Tłuszcz [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 347,3 w tym cukry [g] 95,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Sól [g] 7,3
	NSAÇZ-6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Kiełbasa Zielonogórska 40 g Ser mozzarella kulki 50 g Roszponka 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Twarożek z ziołami 30 g Sałata zielona 5 g	Koperkowa z ziemniakami obranymi () 400 ml Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 200 g Buraczki gotowane () b/c 150 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Poledwica premium-wędłina dr. średnio rozd. 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 205,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2 Tłuszcz [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 336,8 w tym cukry [g] 74,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Sól [g] 7,6
2025-09-28 niedziela	NSAÇZ- 1 Podstawowa	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło 83% tł. 15 g Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa,wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt Kalarepa 80 g Sałata zielona 20 g		Pomidorowa z zacierką () 400 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g Surówka z selera i jabłka () 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło 83% tł. 15 g Serek homo naturalny 150g 1 szt Mus z jabłek prażonych 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 477,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,2 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 375,3 w tym cukry [g] 110,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sól [g] 7,4
	NSAÇZ- 2 Łatwo strawna	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło 83% tł. 15 g Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa,wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Pomidorowa z zacierką () 400 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło 83% tł. 15 g Serek homo naturalny 150g 1 szt Mus z jabłek prażonych 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 166 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,4 Tłuszcz [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 325,6 w tym cukry [g] 100,9 Błonnik pokarmowy [g] 16,2 Sól [g] 6,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-26 do dnia 2025-10-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2025-09-28 niedziela	NSĄCZ- 6 Z ogr:łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt Kalarepa 80 g Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Margaryna roślinna 80% tł 5 g Ser żółty 30 g Pomidor 30 g	Pomidorowa z zacierką () 400 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml Surówka z selera i jabłka () b/c 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Maślanka 200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Serek homo naturalny 150g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 221,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,5 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 304,5 w tym cukry [g] 54,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,9 Sól [g] 7,6
	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Połudwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt Ogórek kiszony 100 g		Fasolowa z ziemniakami () 400 ml Makaron z serem 350 g Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt Brokuł gotowany* 100 g	Ciasto drożdżowe 50 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 570,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 415,6 w tym cukry [g] 111,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 8,4
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 350 ml Chleb pszenny 50 g Bułka pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Połudwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt Pomidor 100 g		Dyniowa z ziemniakami () 400 ml Makaron z serem 350 g Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb pszenny 50 g Bułka pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt Brokuł gotowany* 100 g	Ciasto drożdżowe 50 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 387 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,9 Tłuszcz [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 382,5 w tym cukry [g] 112,9 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sól [g] 5,2
	NSĄCZ- 6 Z ogr:łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Połudwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt Ogórek kiszony 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Papryka świeża 20 g	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml Makaron pełnoziarnisty z serem b/c 350 g Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Gruszka 1szt. 150 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt Brokuł gotowany* 100 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 125,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,5 Tłuszcz [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 332,6 w tym cukry [g] 98,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 7,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-26 do dnia 2025-10-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

2025-09-30 wtorek	NSACZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zacierka na mleku/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Kielbasa Zielonogórska 40 g Ser mozzarella kulki 50 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g		Brokułowa z ziemniakami () 400 ml Gulasz wieprzowy 200 g Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Twarożek z koperkiem 70 g Papryka świeża 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 648,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,2 Tłuszcz [g] 81,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 377,7 w tym cukry [g] 94,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Sól [g] 6,8
	NSACZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zacierka na mleku/p 350 ml Chleb pszenny 50 g Bułka pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Kielbasa Zielonogórska 40 g Ser mozzarella kulki 50 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g		Brokułowa z ziemniakami () 400 ml Gulasz wieprzowy-dieta 200 g Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb pszenny 50 g Bułka pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Twarożek z koperkiem 70 g Pomidor 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 451,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,4 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 339,8 w tym cukry [g] 78,1 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sól [g] 5
	NSACZ- 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Kielbasa Zielonogórska 40 g Ser mozzarella kulki 50 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Ser żółty 20 g Salata zielona 10 g	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml Gulasz wieprzowy 200 g Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () b/c 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Twarożek z koperkiem 70 g Papryka świeża 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 481,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,4 Tłuszcz [g] 90,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 325,3 w tym cukry [g] 56,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 Sól [g] 7,9
2025-10-01 środa	NSACZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g		Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g Sos pietruszkowy* 100 ml Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 150 g Surówka z marchwi () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Paprykarz szczeciński 60 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 275,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,9 Tłuszcz [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 350,8 w tym cukry [g] 89,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 9,5

2025-10-01 środa	NSAÇZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml Chleb pszenny 50 g Bułka pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g Sos pietruszkowy* 100 ml Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb pszenny 50 g Bułka pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 045,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,8 Tłuszcz [g] 52,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 310,7 w tym cukry [g] 80,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 Sól [g] 6,6
	NSAÇZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Szynka piastowska-wędzonka a wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Twarożek z natką pietruszki 20 g Pomidor 20 g	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g Sos pietruszkowy* 100 ml Fasolka szparagowa z wody* 150 g Surówka z marchwi b/c () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Jogurt naturalny 3% tł. 1szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Paprykarz szczeciński 60 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 104,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,4 Tłuszcz [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Węglowodany ogółem [g] 301,8 w tym cukry [g] 55,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Sól [g] 9,5