

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-27 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSAČZ- 1 Podstawowa	NSAČZ- 2 Łatwo strawna	NSAČZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-27 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż na mleku 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Serek ziarnisty 150g 1 szt Mandarynka 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Ryż na mleku 350 ml Chleb pszenny 50 g Bułka pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Serek ziarnisty 150g 1 szt Mandarynka 1szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidorki koktajlowe 80 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 Serek ziarnisty 150g 1 szt Mandarynka 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Margaryna roślinna 80% tł 5 g Połędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 20 g Papryka konserwowa 20 g
	Obiad	Grysikowa () 400 ml Gulasz wołowy 200 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Dyńia duszona z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos bazyliowy* 100 ml Dyńia duszona z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazyliowy* 100 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Dyńia duszona z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* b/c 250 ml
	PD			Wafle ryżowe 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-27 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-27 środa	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt Chalka 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Sok warzywny 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2694.17 kcal; Białko ogółem: 128.72 g; Tłuszcz: 80.72 g; Kw. tł. nasy.: 35.85 g; Węglowodany ogółem: 376.13 g; W tym cukry: 86.95 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2347.78 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 339.23 g; W tym cukry: 81.57 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sól: 6.41 g;
2024-03-28 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Paszтет z soczewicy () 60 g Ser żółty 50 g Ogórek świeży 80 g Rozszponka 20 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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g Twaróg półtłusty 70 g Pomidor 80 g Rozszponka 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-27 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSAČZ- 1 Podstawowa	NSAČZ- 2 Łatwo strawna	NSAČZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-28 czwartek	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt Ogórek kiszony 20 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml Makaron pełnoziarnisty z sosem mięśno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 150 g Sałatka szwedzka z olejem 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml Makaron z sosem mięśno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml Makaron pełnoziarnisty z sosem mięśno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml
	PD			Chrupki kukurydziane 20 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenno 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Poledwica premium- wedlina dr. srednio rozd. 40 g Pasta warzywna* 60 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb pszenny 50 g Bułka pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Poledwica premium- wedlina dr. srednio rozd. 40 g Pasta warzywna* 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenno 50g 1 szt Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Poledwica premium- wedlina dr. srednio rozd. 40 g Pasta warzywna* 60 g Salata zielona 20 g
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Paluszki z kminkiem 50 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-27 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSAČZ- 1 Podstawowa	NSAČZ- 2 Łatwo strawna	NSAČZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-28 czwartek	Wartość energetyczna: 2896.81 kcal; Białko ogółem: 119.39 g; Tłuszcz: 104.65 g; Kw. tł. nasy.: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 378.76 g; W tym cukry: 76.10 g; Błonnik pok.: 37.42 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2508.22 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 75.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 349.53 g; W tym cukry: 70.40 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;
2024-03-29 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Zacierka na mleku 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Zacierka na mleku 350 ml Chleb pszenny 50 g Bułka pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Mix sałat 20 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Ser żółty 20 g Papryka świeża 20 g
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml Ryba smażona (Morszczuk) 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Warzywa po grecku* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-27 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-29 piątek	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	Kolacja	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 Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 50 g Bułka pszenna 50g 1 szt Masło 83% tł. 15 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 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 Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2548.04 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 83.01 g; Kw. tł. nasy.: 31.02 g; Węglowodany ogółem: 372.69 g; W tym cukry: 100.23 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2269.09 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 65.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 335.83 g; W tym cukry: 93.47 g; Błonnik pok.: 18.59 g; Sól: 4.62 g;	Wartość energetyczna: 2300.09 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 84.86 g; Kw. tł. nasy.: 29.24 g; Węglowodany ogółem: 311.55 g; W tym cukry: 56.79 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 8.62 g;
2024-03-30 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło 83% tł. 15 g Twarożek z koperkiem 70 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 350 ml Chleb pszenny 100 g Masło 83% tł. 15 g Twarożek z koperkiem 70 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Twarożek z koperkiem 70 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-27 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSAČZ- 1 Podstawowa	NSAČZ- 2 Łatwo strawna	NSAČZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-30 sobota	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Ser żółty 30 g Ogórek kiszony 20 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g Kasza kuskus/sypko 200 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 400 ml Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g Kasza kuskus/sypko 200 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g Kasza kuskus/sypko 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* b/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło 83% tł. 15 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło 83% tł. 15 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-27 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSAČZ- 1 Podstawowa	NSAČZ- 2 Łatwo strawna	NSAČZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-30 sobota		Wartość energetyczna: 2267.92 kcal; Białko ogółem: 81.24 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 343.39 g; W tym cukry: 84.01 g; Błonnik pok.: 41.01 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2119.80 kcal; Białko ogółem: 80.78 g; Tłuszcz: 55.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; W tym cukry: 81.48 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2438.94 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 89.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 340.73 g; W tym cukry: 58.19 g; Błonnik pok.: 47.71 g; Sól: 9.84 g;
2024-03-31 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło 83% tł. 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 350 ml Chleb pszenny 100 g Masło 83% tł. 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 20 g Pomidor 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-27 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSAČZ- 1 Podstawowa	NSAČZ- 2 Łatwo strawna	NSAČZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-31 niedziela	Obiad	Żurek z ziemniakami * () 400 ml Schab pieczony w rękawie 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki oprószone () 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml Babka makowa 70 g	Ziemniaczana * () 400 ml Schab pieczony w rękawie 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos szpinakowy* 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 70 g	Żurek z ziemniakami * () 400 ml Schab pieczony w rękawie 90 g Sos szpinakowy* 100 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Buraczki oprószone () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* b/c 250 ml Paluszki z kminkiem 50 g
	PD			Podpłomyki b/c 20 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło 83% tł. 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salatka jarzynowa (*) 150 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło 83% tł. 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salatka jarzynowa - dieta (*) 150 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salatka jarzynowa (*) 150 g
	PN	Mandarynka 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Mandarynka 2 szt
		Wartość energetyczna: 2690.11 kcal; Białko ogółem: 118.74 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 393.15 g; W tym cukry: 93.61 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2473.74 kcal; Białko ogółem: 114.17 g; Tłuszcz: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 383.00 g; W tym cukry: 77.89 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2568.19 kcal; Białko ogółem: 113.00 g; Tłuszcz: 80.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 368.46 g; W tym cukry: 57.16 g; Błonnik pok.: 44.38 g; Sól: 11.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-27 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSAÇZ- 1 Podstawowa	NSAÇZ- 2 Łatwo strawna	NSAÇZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb Graham 50 g Masło 83% tł. 15 g Paszтет pieczony drobiowy 50 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml Chleb pszenny 50 g Masło 83% tł. 15 g Połędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 80 g Bułka pszenna długa krojona 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Połędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 80 g Chleb Graham 50 g Sałata zielona 20 g
	II SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt Pomidor 20 g
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 150 g	Rosół z makaronem () 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pomidorowy 100 ml Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pomidorowy 100 ml Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* b/c 250 ml
PD				Jogurt naturalny 3% tł. 1szt 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-27 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSAČZ- 1 Podstawowa	NSAČZ- 2 Łatwo strawna	NSAČZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-04-01 poniedziałek	Kolejacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Chleb Graham 50 g Masło 83% tł. 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Chleb pszenny 50 g Masło 83% tł. 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałata lodowa 20 g Bułka pszenna długa krojona 50 g Pomidor 80 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Papryka świeża 80 g Chleb Graham 50 g Sałata lodowa 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt
	PN	Ciasto marchewkowe bez cukru- wyr.bisz-tł 70 g		
		Wartość energetyczna: 2565.57 kcal; Białko ogółem: 105.67 g; Tłuszcz: 94.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 338.00 g; W tym cukry: 73.31 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2129.72 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 311.50 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 19.54 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2173.22 kcal; Białko ogółem: 103.45 g; Tłuszcz: 79.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 277.81 g; W tym cukry: 43.67 g; Błonnik pok.: 36.62 g; Sól: 8.38 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,