

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-15 KUCHNIA NOWY SĄCZ

| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|------------------|--|---|--|--|---|---|---|--|
| | | Śniadanie | II ŚN | Obiad | PD | Kolacja | PN | SUMA |
| 2024-12-11 środa | NSAČZ- 1 Podstawowa | Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) 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 (GLUPSZ, JAJ,) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Ćwikła z chrzanem () 150 g (MLE, SO2,) Kalafior gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml | | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędz ona,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 | Płatki 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 | | Grycikowa () 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 ŻYT, GLU JECZ,) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędz ona,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 ŻYT,) 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 ŻYT,) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (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 (GLUPSZ, JAJ,) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Kalafior 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 ŻYT, GLU JECZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE,) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędz ona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Brokuł gotowany* 100 g | Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL,) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 274,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,9 Tłuszcz [g] 65,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 335,4 w tym cukry [g] 64,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 Sól [g] 11,1 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-15 KUCHNIA NOWY SĄCZ

| | | | | | | | | |
|---------------------|--|---|--|--|------------------------------------|--|--|--|
| 2024-12-12 czwartek | NSAČZ- 1 Podstawowa | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g | | Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml | | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica premium-wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) | Przecier owocowy jabłko-brzoskwini a-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 592,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,7 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 389,2 w tym cukry [g] 99,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Sól [g] 6 |
| | NSAČZ- 2 Latwo strawna | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g | | Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml | | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica premium-wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) | Przecier owocowy jabłko-brzoskwini a-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 472 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99 Tłuszcz [g] 65,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 374,7 w tym cukry [g] 97,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Sól [g] 4,2 |
| | NSAČZ- 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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 homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g | 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>) Ogórek kiszony 20 g | Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE.</u>) | Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica premium-wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) | Przecier owocowy jabłko-brzoskwini a-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 401,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,6 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 336,1 w tym cukry [g] 59,1 Błonnik pokarmowy [g] 40 Sól [g] 6,5 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-15 KUCHNIA NOWY SĄCZ

| | | | | | | | |
|-------------------|--|--|---|--|--|---|----------------------------------|
| 2024-12-13 piątek | NSAČZ- 1 Podstawowa | <p>Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Masło 83% tł. 15g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Banan 1szt. 1 szt</p> | <p>Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p> | <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 60g (JAJ, MLE, GOR.) Roszponka 20 g Brokuł gotowany* 80 g</p> | <p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 861,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,7 Tłuszcz [g] 91,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 427,1 w tym cukry [g] 145,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 Sól [g] 9,4</p> | |
| | NSAČZ- 2 Łatwo strawna | <p>Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.) Chleb pszenny 50g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Banan 1szt. 1 szt</p> | <p>Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p> | <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 50g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60g (JAJ, MLE.) Roszponka 20 g Brokuł gotowany* 80 g</p> | <p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 528,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,2 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 387,6 w tym cukry [g] 133,4 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 7,7</p> | |
| | NSAČZ- 6 Z ogr:łatwo przyswajalnych węglowodanów | <p>Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Ser żółty 50g (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g</p> | <p>Wafle ryżowe 30g</p> | <p>Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p> | <p>Podpłomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)</p> | <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 60g (JAJ, MLE, GOR.) Roszponka 20 g Brokuł gotowany* 80 g</p> | <p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p> |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-15 KUCHNIA NOWY SĄCZ

| | | | | | | | |
|-------------------|---|--|--|---|--|---|--|
| 2024-12-14 sobota | NSAČZ- 1 Podstawowa | Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Gulasz wołowy 200 g (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Szpinak baby 20 g Papryka świeża 80 g | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (_ może zawierać: MLE,) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 351,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76 Tłuszcz [g] 60,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 392,1 w tym cukry [g] 100,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Sól [g] 9,4 | |
| | NSAČZ- 2 Latwo strawna | Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Gulasz wołowy-dieta. 200 g (GLU PSZ,) 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 ŻYT, GLU JECZ,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Szpinak baby 20 g Pomidor 80 g | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (_ może zawierać: MLE,) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 236,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,9 Tłuszcz [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 373,1 w tym cukry [g] 95,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Sól [g] 6,8 | |
| | NSAČZ- 6Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Pomidor 20 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Pomidor 20 g | Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Gulasz wołowy 200 g (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml | Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Szpinak baby 20 g Papryka świeża 80 g | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (_ może zawierać: MLE,) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-15 KUCHNIA NOWY SĄCZ

| | | | | | | | |
|----------------------|--|---|--|--|--|--|----------------------------------|
| 2024-12-15 niedziela | NSAČZ- 1 Podstawowa | <p>Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) 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 siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g</p> | <p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p> | <p>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.) Szynka piastowska-wędzona wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g</p> | <p>Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 703,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 141,9 Tłuszcz [g] 94,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 334,3 w tym cukry [g] 97,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 8,9</p> | |
| | NSAČZ- 2 Łatwo strawna | <p>Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g</p> | <p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzona wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g</p> | <p>Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 556,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 141,4 Tłuszcz [g] 83,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 315,1 w tym cukry [g] 89,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Sól [g] 8,3</p> | |
| | NSAČZ- 6 Z ogr:łatwo przyswajalnych węglowodanów | <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g</p> | <p>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.) Mix sałat 20 g</p> | <p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p> | <p>Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)</p> | <p>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.) Szynka piastowska-wędzona wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g</p> | <p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p> |