

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-02-29 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSACZ- KARDIO- 1 Podstawowa	NSACZ- KARDIO- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	NSACZ- KARDIO- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
2024-02-26 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 100 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Solferino* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml
	PD		Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 100 g	
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i cebuli 70 g ( <b>MLE.</b> ) Brokuł gotowany* 80 g	Brokuł gotowany* 80 g Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Brokuł gotowany* 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-02-29 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSACZ- KARDIO- 1 Podstawowa	NSACZ- KARDIO- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	NSACZ- KARDIO- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
2024-02-26 poniedziałek	PN	Babeczka jogurtowa 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <b>MLE</b> ) Paluszki z kminkiem 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Babeczka jogurtowa 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )
		Wartość energetyczna: 2439,98 kcal; Białko ogółem: 75,31 g; Tłuszcz: 75,79 g; Kw. tł. nasy.: 25,72 g; Węglowodany ogółem: 373,19 g; W tym cukry: 90,28 g; Błonnik pok.: 27,77 g; Sól: 6,24 g; WW: 34,57 Por;	Wartość energetyczna: 2146,49 kcal; Białko ogółem: 70,94 g; Tłuszcz: 75,26 g; Kw. tł. nasy.: 27,19 g; Węglowodany ogółem: 317,70 g; W tym cukry: 35,30 g; Błonnik pok.: 37,91 g; Sól: 8,71 g; WW: 28,01 Por;	Wartość energetyczna: 2123,93 kcal; Białko ogółem: 70,03 g; Tłuszcz: 58,33 g; Kw. tł. nasy.: 21,14 g; Węglowodany ogółem: 329,94 g; W tym cukry: 76,48 g; Błonnik pok.: 18,79 g; Sól: 5,79 g; WW: 31,19 Por;
2024-02-27 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Mix салат 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Makaron na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb pszenno 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Mix салат 20 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-02-29 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSACZ- KARDIO- 1 Podstawowa	NSACZ- KARDIO- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	NSACZ- KARDIO- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	
2024-02-27 wtorek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami* (bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Marchew gotowana* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 3% tł. 1szt 1 szt ( <b>MLE.</b> )		
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 20 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 20 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Gruszka 1szt. 150 g	Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2363.56 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 372.17 g; W tym cukry: 98.51 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 6.71 g; WW: 34.36 Por;	Wartość energetyczna: 2366.34 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 80.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 50.88 g; Błonnik pok.: 44.82 g; Sól: 7.94 g; WW: 29.78 Por;	Wartość energetyczna: 2079.81 kcal; Białko ogółem: 86.56 g; Tłuszcz: 47.90 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 331.61 g; W tym cukry: 81.55 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 6.33 g; WW: 30.98 Por;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-02-29 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSACZ- KARDIO- 1 Podstawowa	NSACZ- KARDIO- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	NSACZ- KARDIO- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
2024-02-28 środa	Sniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż na mleku 350 ml <b>(MLE)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g <b>(MLE)</b> Serek a'la homogenizowany 60 g <b>(MLE)</b> Mandarynka 2 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku 350 ml <b>(MLE)</b> Chleb pszenny 100 g <b>(GLU PSZ)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <b>(MLE)</b> Serek a'la homogenizowany 60 g <b>(MLE)</b> Mandarynka 2 szt
	II ŚN	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna 80% tł 5 g <b>(MLE)</b> Poledwica premium-wędlna dr. średnio rozd. 20 g <b>(SOJ)</b> Papryka konserwowa 20 g	
	Obiad	Grysikowa () 400 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Gulasz z żołądków drobiowych* 200 g <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Sos bazyliowy* 100 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Dynia duszona z olejem* 150 g <b>(GLU PSZ)</b> Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml
PD		Wafle ryżowe 30 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-02-29 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSACZ- KARDIO- 1 Podstawowa	NSACZ- KARDIO- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	NSACZ- KARDIO- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
2024-02-28 środa	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztecik pieczony drobiowy 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Salatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Salatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Salatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chaika 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <b>SEL.</b> )	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chaika 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )
		Wartość energetyczna: 2401.59 kcal; Białko ogółem: 98.09 g; Tłuszcz: 73.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 350.98 g; W tym cukry: 79.02 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 6.38 g; WW: 32.60 Por;	Wartość energetyczna: 2115.03 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz: 60.49 g; Kw. tł. nasy.: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 322.99 g; W tym cukry: 51.42 g; Błonnik pok.: 41.88 g; Sól: 8.40 g; WW: 28.19 Por;	Wartość energetyczna: 2071.82 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 51.35 g; Kw. tł. nasy.: 17.85 g; Węglowodany ogółem: 314.05 g; W tym cukry: 64.07 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 6.01 g; WW: 29.41 Por;
2024-02-29 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Twaróg półtłusty 70 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-02-29 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSACZ- KARDIO- 1 Podstawowa	NSACZ- KARDIO- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	NSACZ- KARDIO- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
2024-02-29 czwartek	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g <b>(MLE.)</b> Jajko gotowane kl M 0,5 szt <b>(JAJ.)</b> Ogórek kiszony 20 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami* 400 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami* 400 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g <b>(GOR.)</b> Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami* 400 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL.)</b> Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml
	PD		Chrupki kukurydziane 20 g	
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g <b>(MLE.)</b> Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g <b>(SOJ.)</b> Pasta warzywna* 60 g <b>(SEL.)</b> Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g <b>(MLE.)</b> Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g <b>(SOJ.)</b> Pasta warzywna* 60 g <b>(SEL.)</b> Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml <b>(MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</b> Chleb pszenny 100 g <b>(GLU PSZ.)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <b>(MLE.)</b> Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g <b>(SOJ.)</b> Pasta warzywna* 60 g <b>(SEL.)</b> Salata zielona 20 g
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g <b>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)</b>	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</b> Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g <b>(MLE.)</b> Paluszki z kminkiem 50 g <b>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</b>	Ciasto drożdżowe 50 g <b>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)</b>

*Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-02-29 KUCHNIA NOWY SĄCZ*

		NSACZ- KARDIO- 1 Podstawowa	NSACZ- KARDIO- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	NSACZ- KARDIO- 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu
2024-02-29 czwartek		Wartość energetyczna: 2435.24 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 353.17 g; W tym cukry: 66.84 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 7.82 g; WW: 32.43 Por;	Wartość energetyczna: 2630.41 kcal; Białko ogółem: 105.88 g; Tłuszcz: 104.05 g; Kw. tł. nasy.: 33.74 g; Węglowodany ogółem: 341.35 g; W tym cukry: 32.54 g; Błonnik pok.: 41.09 g; Sól: 12.42 g; WW: 29.88 Por;	Wartość energetyczna: 2358.45 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 336.07 g; W tym cukry: 52.72 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 6.59 g; WW: 31.33 Por;

### **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,*