

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-07 do dnia 2024-03-16 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II	
Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Ziemniaczana *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)					Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2783.24 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; Tłuszcz: 84.92 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 419.51 g; W tym cukry: 67.46 g; Błonnik pok.: 35.74 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2560.12 kcal; Białko ogółem: 88.04 g; Tłuszcz: 80.18 g; Kw. tł. nasy.: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 384.70 g; W tym cukry: 71.20 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 2317.65 kcal; Białko ogółem: 95.83 g; Tłuszcz: 75.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 320.97 g; W tym cukry: 58.37 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2297.32 kcal; Białko ogółem: 86.25 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 335.81 g; W tym cukry: 65.93 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2141.85 kcal; Białko ogółem: 84.14 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.12 g; Węglowodany ogółem: 304.58 g; W tym cukry: 47.40 g; Błonnik pok.: 18.68 g; Sól: 5.61 g;	Wartość energetyczna: 2510.09 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw. tł. nasy.: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 379.04 g; W tym cukry: 44.59 g; Błonnik pok.: 40.15 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2286.97 kcal; Białko ogółem: 77.33 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 344.22 g; W tym cukry: 48.33 g; Błonnik pok.: 35.78 g; Sól: 5.80 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-07 do dnia 2024-03-16 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II	
Śniadanie	Plątki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt				Plątki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Plątki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
Obiad	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt					Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g		
	Wartość energetyczna: 2707.46 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 87.62 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 384.06 g; W tym cukry: 117.19 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2493.26 kcal; Białko ogółem: 97.03 g; Tłuszcz: 76.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.69 g; Węglowodany ogółem: 363.34 g; W tym cukry: 112.16 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 2522.31 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 75.90 g; Kw. tł. nasy.: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 361.51 g; W tym cukry: 108.12 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 4.68 g;	Wartość energetyczna: 2484.11 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 75.22 g; Kw. tł. nasy.: 34.50 g; Węglowodany ogółem: 361.51 g; W tym cukry: 108.12 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2239.55 kcal; Białko ogółem: 91.96 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 338.18 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2214.80 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 82.85 g; Kw. tł. nasy.: 42.72 g; Węglowodany ogółem: 279.41 g; W tym cukry: 20.78 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2176.60 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz: 82.17 g; Kw. tł. nasy.: 43.46 g; Węglowodany ogółem: 279.41 g; W tym cukry: 20.78 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 8.77 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-07 do dnia 2024-03-16 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II
2024-03-09 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 250 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z ziemniakami * () 350 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 350 ml (SEL) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g (SOJ) Sałata zielona 25 g Musztarda 15 g (GOR) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE) Jabiko 1 szt 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2858.47 kcal; Białko ogółem: 99.36 g; Tłuszcz: 103.62 g; Kw. tł. nasy.: 39.36 g; Węglowodany ogółem: 396.17 g; W tym cukry: 102.93 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 10.48 g;	Wartość energetyczna: 2435.99 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 71.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 368.42 g; W tym cukry: 104.75 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2262.29 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 351.53 g; W tym cukry: 88.80 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2273.86 kcal; Białko ogółem: 94.89 g; Tłuszcz: 79.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 309.10 g; W tym cukry: 34.57 g; Błonnik pok.: 31.33 g; Sól: 8.34 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-07 do dnia 2024-03-16 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II		
2024-03-10 niedziela	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.)	Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.)	Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.)			
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)		
		Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	
		Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.)	Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.)
		Pomidor 60 g	Pomidor 60 g	Pomidor 60 g	Pomidor 60 g	Pomidor 60 g (SOJ.)	Pomidor 60 g	Pomidor 60 g	
Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt		
Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.)	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.)	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.)	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.)	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.)	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.)	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.)		
	Ziemniaki gotowane () 250 g	Ziemniaki gotowane () 250 g	Ziemniaki gotowane () 250 g	Ziemniaki gotowane () 250 g	Ziemniaki gotowane () 250 g	Ziemniaki gotowane () 250 g	Ziemniaki gotowane () 250 g		
Kolacja	Ćwiartka z kurczaka pieczona 200 g	Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g	Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g	Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g	Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g	Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g	Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g		
	Surówka Coleslaw () 150 g (JAJ, MLE, GOR.)	Brokuł gotowany* 150 g	Brokuł gotowany* 150 g	Brokuł gotowany* 150 g	Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.)	Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g	Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g		
	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt		
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)		
	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)		
PN	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 2 szt (MLE.)	Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE.)	Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE.)		
	Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE.)	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.)	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.)	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.)	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.)	Papryka konserwowa 60 g	Papryka konserwowa 60 g		
PN	Papryka konserwowa 60 g	Salata zielona 25 g	Salata zielona 25 g	Salata zielona 25 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Cukier 5g (saszetka) 2 szt		
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Salata zielona 5 g	Salata zielona 5 g		
	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tt.) 1 szt (MLE.)	Ser żółty 20 g (MLE.)	Ser żółty 20 g (MLE.)		
PN	Miód (25g) 1 szt	Miód (25g) 1 szt	Miód (25g) 1 szt	Miód (25g) 1 szt	Miód (25g) 1 szt	Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Masło extra 82% 5 g (MLE.)		
	Wartość energetyczna: 3157.04 kcal; Białko ogółem: 151.05 g; Tłuszcz: 129.30 g; Kw. tł. nasy.: 52.22 g; Węglowodany ogółem: 358.02 g; W tym cukry: 66.93 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 3029.04 kcal; Białko ogółem: 152.84 g; Tłuszcz: 119.46 g; Kw. tł. nasy.: 51.31 g; Węglowodany ogółem: 346.44 g; W tym cukry: 58.39 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 3029.04 kcal; Białko ogółem: 152.84 g; Tłuszcz: 119.46 g; Kw. tł. nasy.: 51.31 g; Węglowodany ogółem: 346.44 g; W tym cukry: 58.39 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2940.09 kcal; Białko ogółem: 141.53 g; Tłuszcz: 116.63 g; Kw. tł. nasy.: 48.15 g; Węglowodany ogółem: 338.76 g; W tym cukry: 46.30 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2940.09 kcal; Białko ogółem: 141.53 g; Tłuszcz: 116.63 g; Kw. tł. nasy.: 48.15 g; Węglowodany ogółem: 338.76 g; W tym cukry: 46.30 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2644.40 kcal; Białko ogółem: 144.96 g; Tłuszcz: 113.80 g; Kw. tł. nasy.: 48.33 g; Węglowodany ogółem: 273.97 g; W tym cukry: 20.14 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2644.40 kcal; Białko ogółem: 144.96 g; Tłuszcz: 113.80 g; Kw. tł. nasy.: 48.33 g; Węglowodany ogółem: 273.97 g; W tym cukry: 20.14 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2644.40 kcal; Białko ogółem: 144.96 g; Tłuszcz: 113.80 g; Kw. tł. nasy.: 48.33 g; Węglowodany ogółem: 273.97 g; W tym cukry: 20.14 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 8.70 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-07 do dnia 2024-03-16 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II	
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 20 g				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2446.60 kcal; Białko ogółem: 83.15 g; Tłuszcz: 82.04 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 349.41 g; W tym cukry: 66.86 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2507.43 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 83.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 354.81 g; W tym cukry: 67.47 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2395.08 kcal; Białko ogółem: 78.02 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 353.65 g; W tym cukry: 68.95 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2455.91 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 359.05 g; W tym cukry: 69.56 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2127.23 kcal; Białko ogółem: 64.85 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 318.82 g; W tym cukry: 56.45 g; Błonnik pok.: 17.03 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 2173.74 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 72.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 292.15 g; W tym cukry: 37.95 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2078.95 kcal; Białko ogółem: 75.08 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 314.00 g; W tym cukry: 72.65 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2078.95 kcal; Białko ogółem: 75.08 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 314.00 g; W tym cukry: 72.65 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 7.25 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-07 do dnia 2024-03-16 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II
2024-03-12 wtorek	Śniadanie						
	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szyńka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szyńka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szyńka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad						
	Jarzynowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Naleśniki z twarogiem i śmietaną 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz warzywny z ciecierzą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja							
Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Leczo z cukinii z kielbasą 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Chrzan 20 g (MLE, SO2.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
PN							
Pomarańcza 250g 1 szt			Banan 1szt. 1 szt				Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.)
Wartość energetyczna: 2702.69 kcal; Białko ogółem: 82.97 g; Tłuszcz: 116.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.27 g; Węglowodany ogółem: 346.15 g; W tym cukry: 88.01 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2665.22 kcal; Białko ogółem: 79.19 g; Tłuszcz: 111.22 g; Kw. tł. nasy.: 43.84 g; Węglowodany ogółem: 347.97 g; W tym cukry: 119.87 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2376.01 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 351.62 g; W tym cukry: 97.07 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2365.71 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 71.22 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 369.00 g; W tym cukry: 102.03 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2130.68 kcal; Białko ogółem: 82.22 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 334.64 g; W tym cukry: 81.12 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2055.65 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 271.61 g; W tym cukry: 17.59 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2039.78 kcal; Białko ogółem: 70.37 g; Tłuszcz: 71.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; W tym cukry: 22.48 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 8.06 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-07 do dnia 2024-03-16 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt				Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JEĆZ.</u>) Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu (150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pierogi ukraińskie - chl. 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu (150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * (1) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JEĆZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) (1) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane * 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) (1) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JEĆZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JEĆZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c (150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pierogi ukraińskie - chl. 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c (150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szyńka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)					Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2875.05 kcal; Białko ogółem: 103.43 g; Tłuszcz: 101.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 397.27 g; W tym cukry: 94.29 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2677.10 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; Tłuszcz: 89.02 g; Kw. tł. nasy.: 44.18 g; Węglowodany ogółem: 389.27 g; W tym cukry: 96.61 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2674.96 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 87.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 379.44 g; W tym cukry: 87.53 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2712.57 kcal; Białko ogółem: 87.53 g; Tłuszcz: 80.72 g; Kw. tł. nasy.: 37.10 g; Węglowodany ogółem: 411.41 g; W tym cukry: 86.49 g; Błonnik pok.: 18.73 g; Sól: 5.17 g;	Wartość energetyczna: 2311.76 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 321.84 g; W tym cukry: 49.82 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2218.31 kcal; Białko ogółem: 85.46 g; Tłuszcz: 78.83 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 306.94 g; W tym cukry: 35.77 g; Błonnik pok.: 32.11 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2195.55 kcal; Białko ogółem: 75.26 g; Tłuszcz: 78.69 g; Kw. tł. nasy.: 39.38 g; Węglowodany ogółem: 311.06 g; W tym cukry: 38.19 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 5.45 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-07 do dnia 2024-03-16 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II
Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Pomidor 60 g Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>)	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Pomidor 60 g Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 60 g Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 60 g Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>)
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 300 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński * -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński * -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński * -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński * -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	Paszтет z fasoli () 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ogórek kiszony 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Salata zielona 25 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Paszтет z fasoli () 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ogórek kiszony 60 g Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Paszтет z fasoli () 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ogórek kiszony 60 g Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>)
	Wartość energetyczna: 2718.38 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz: 98.49 g; Kw. tł. nasy.: 44.82 g; Węglowodany ogółem: 374.14 g; W tym cukry: 71.87 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2584.45 kcal; Białko ogółem: 87.71 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.68 g; Węglowodany ogółem: 379.00 g; W tym cukry: 70.08 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sól: 7.00 g;	Wartość energetyczna: 2378.90 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 74.44 g; Kw. tł. nasy.: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 344.02 g; W tym cukry: 71.51 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2343.36 kcal; Białko ogółem: 84.47 g; Tłuszcz: 64.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 367.34 g; W tym cukry: 109.87 g; Błonnik pok.: 17.80 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 2297.83 kcal; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 71.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 342.47 g; W tym cukry: 64.63 g; Błonnik pok.: 22.75 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2352.06 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz: 95.15 g; Kw. tł. nasy.: 42.59 g; Węglowodany ogółem: 293.32 g; W tym cukry: 15.92 g; Błonnik pok.: 29.24 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2236.27 kcal; Białko ogółem: 81.33 g; Tłuszcz: 82.13 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 302.51 g; W tym cukry: 15.30 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 7.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-07 do dnia 2024-03-16 KUCHNIA LUBLIN USD

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II			
2024-03-15 piątek	Sniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane (<u>)</u> 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (<u>)</u> 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane (<u>)</u> 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (<u>)</u> 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane (<u>)</u> 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*(<u>)</u> 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane (<u>)</u> 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane (<u>)</u> 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c (<u>)</u> 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>)</u> 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane (<u>)</u> 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c (<u>)</u> 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Salata zielona 5 g				
	PN	Wartość energetyczna: 2638.34 kcal; Białko ogółem: 103.63 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 380.45 g; W tym cukry: 99.99 g; Błonnik pok.: 21.95 g; Sól: 5.80 g;						Wartość energetyczna: 2170.25 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 78.48 g; Kw. tł. nasy.: 36.57 g; Węglowodany ogółem: 280.05 g; W tym cukry: 15.17 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sól: 7.82 g;			
		Wartość energetyczna: 2632.85 kcal; Białko ogółem: 91.80 g; Tłuszcz: 80.69 g; Kw. tł. nasy.: 35.53 g; Węglowodany ogółem: 394.54 g; W tym cukry: 100.43 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 5.84 g;						Wartość energetyczna: 2135.78 kcal; Białko ogółem: 86.00 g; Tłuszcz: 76.43 g; Kw. tł. nasy.: 37.01 g; Węglowodany ogółem: 289.24 g; W tym cukry: 15.32 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 7.74 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-07 do dnia 2024-03-16 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II	
2024-03-16 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
		Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z makaronu (pełnoziarnistego) z wędliną drobiową- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
		PN	Mandarynka 2 szt		Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt
		Wartość energetyczna: 2359.38 kcal; Białko ogółem: 72.25 g; Tłuszcz: 71.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 368.57 g; W tym cukry: 83.20 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2459.39 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 64.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 400.67 g; W tym cukry: 107.08 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2285.69 kcal; Białko ogółem: 70.89 g; Tłuszcz: 57.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 383.78 g; W tym cukry: 91.13 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2146.48 kcal; Białko ogółem: 76.54 g; Tłuszcz: 69.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 311.97 g; W tym cukry: 32.25 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 8.12 g;			

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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