

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-16 do dnia 2024-05-25 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	<p>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>)                      Ser zóty 60 g (<u>MLE.</u>)                      Pomidor 60 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>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>)                      Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>)                      Pomidor 60 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>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>)                      Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>)                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>)                      Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>)                      Pomidor 60 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>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>)                      Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>)                      Pomidor 60 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>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>)                      Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>)                      Pomidor 60 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>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>)                      Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>)                      Pomidor 60 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>)                      Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)                      Sałatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>)                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml                      Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>)                      Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>)                      Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>)                      Sałatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>)                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml                      Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</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</p>	<p>Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</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</p>	<p>Ziemniaczana *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</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</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>)                      Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>)                      Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>)                      Sałatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>)                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>)                      Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>)                      Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>)                      Sałatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>)                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>
Kolacja	<p>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                      Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>)                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>			<p>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                      Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>)                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>		<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>)                      Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g                      Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>)                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	
PN	<p>Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)                      Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>					<p>Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)                      Mandarynka 1 szt</p>	
	<p>Wartość energetyczna: 2816.02 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 104.79 g; Kw. tł. nasy.: 48.14 g; Węglowodany ogółem: 384.10 g; W tym cukry: 65.90 g; Błonnik pok.: 35.22 g; Sól: 12.64 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2481.58 kcal; Białko ogółem: 83.02 g; Tłuszcz: 95.24 g; Kw. tł. nasy.: 43.91 g; Węglowodany ogółem: 337.80 g; W tym cukry: 66.95 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sól: 9.62 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2506.22 kcal; Białko ogółem: 94.29 g; Tłuszcz: 92.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 335.42 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 6.34 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2404.89 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 86.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 339.50 g; W tym cukry: 66.05 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 6.30 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2114.34 kcal; Białko ogółem: 81.54 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 298.47 g; W tym cukry: 46.43 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sól: 5.74 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2113.95 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 286.22 g; W tym cukry: 36.20 g; Błonnik pok.: 31.24 g; Sól: 8.44 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2012.62 kcal; Białko ogółem: 67.64 g; Tłuszcz: 71.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 290.31 g; W tym cukry: 37.02 g; Błonnik pok.: 31.88 g; Sól: 8.41 g;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-16 do dnia 2024-05-25 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka maślana 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 2 szt				Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka maślana 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
Obiad	Szpinakowa z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) ziemniaki gotowane () 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2642.03 kcal; Białko ogółem: 106.07 g; Tłuszcz: 90.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 360.69 g; W tym cukry: 92.61 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2447.79 kcal; Białko ogółem: 98.90 g; Tłuszcz: 79.19 g; Kw. tł. nasy.: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 344.96 g; W tym cukry: 92.57 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2512.69 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 82.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 344.33 g; W tym cukry: 87.36 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 2474.49 kcal; Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 82.30 g; Kw. tł. nasy.: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 344.33 g; W tym cukry: 87.36 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2214.58 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 66.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 322.24 g; W tym cukry: 68.69 g; Błonnik pok.: 20.18 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2188.78 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 82.20 g; Kw. tł. nasy.: 41.66 g; Węglowodany ogółem: 272.88 g; W tym cukry: 29.33 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2150.59 kcal; Białko ogółem: 95.07 g; Tłuszcz: 81.53 g; Kw. tł. nasy.: 42.40 g; Węglowodany ogółem: 272.88 g; W tym cukry: 29.33 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 7.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-16 do dnia 2024-05-25 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	
2024-05-18 sobota	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ,) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wedz, parz w osłonce niejadalnej) 140 g ( <u>SOJ</u> ,) Ketchup 15 g ( <u>SEL</u> ,) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>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	Platki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>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	Platki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Bigos 350 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GÓR</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Buraczki oprószone () 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 350 ml ( <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Buraczki oprószone () 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 350 ml ( <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Buraczki oprószone () 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</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</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ,) Paszтет z soczewicy () 80 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>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	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ,) Paszтет z soczewicy () 80 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ,) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ,) Pomidor 15 g		
		Wartość energetyczna: 2917.51 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 119.14 g; Kw. tł. nasy.: 44.39 g; Węglowodany ogółem: 384.39 g; W tym cukry: 77.39 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sól: 12.39 g;	Wartość energetyczna: 2402.24 kcal; Białko ogółem: 93.21 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 357.60 g; W tym cukry: 79.75 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2228.54 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz: 64.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.75 g; Węglowodany ogółem: 340.71 g; W tym cukry: 63.80 g; Błonnik pok.: 23.93 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2228.54 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz: 64.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.75 g; Węglowodany ogółem: 340.71 g; W tym cukry: 63.80 g; Błonnik pok.: 23.93 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2366.60 kcal; Białko ogółem: 92.82 g; Tłuszcz: 88.34 g; Kw. tł. nasy.: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 315.18 g; W tym cukry: 22.61 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 7.99 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-16 do dnia 2024-05-25 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	
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ,) Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ,) Rzodkiewka 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ,) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ,) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ,) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ,) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ,) Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ,) Rzodkiewka 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ,) Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ,) Rzodkiewka 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Cwiartka z kurczaka pieczona 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Cwiartka z kurczaka gotowana 200 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Cwiartka z kurczaka gotowana 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <b>SEL</b> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Cwiartka z kurczaka gotowana 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Cwiartka z kurczaka gotowana 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ,) Leczo z cukini z kielbasą 350 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ,) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ,) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ,) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ,) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ,) Twaróg półtusty 20 g ( <b>MLE</b> ,) Sałata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 3353.40 kcal; Białko ogółem: 150.16 g; Tłuszcz: 154.53 g; Kw. tł. nasy.: 61.25 g; Węglowodany ogółem: 353.17 g; W tym cukry: 100.32 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2703.17 kcal; Białko ogółem: 149.49 g; Tłuszcz: 100.52 g; Kw. tł. nasy.: 44.31 g; Węglowodany ogółem: 308.91 g; W tym cukry: 66.64 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2623.66 kcal; Białko ogółem: 137.52 g; Tłuszcz: 101.96 g; Kw. tł. nasy.: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 298.92 g; W tym cukry: 54.50 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2645.01 kcal; Białko ogółem: 144.36 g; Tłuszcz: 116.56 g; Kw. tł. nasy.: 53.14 g; Węglowodany ogółem: 267.78 g; W tym cukry: 13.93 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 9.39 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-16 do dnia 2024-05-25 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					
2024-05-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki 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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzonych 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	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 60 g 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 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> ) 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> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pierogi ukraińskie - chl. 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i selera z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 220 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi i selera z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Solferino * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi z serem - chłodzone 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi i selera z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Solferino * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 220 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi i selera z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Solferino (bez mleka)*() 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 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> ) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g ( <u>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 koperkiem 80 g ( <u>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 koperkiem 80 g ( <u>MLE.</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 z twarogu z koperkiem 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 twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 15 g	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 15 g			
			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt									
			PN							Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 15 g	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 15 g	
	Wartość energetyczna: 2540.97 kcal; Białko ogółem: 90.87 g; Tłuszcz: 90.41 g; Kw. tł. nasy.: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 354.06 g; W tym cukry: 67.66 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 2519.30 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 82.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 357.78 g; W tym cukry: 65.28 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 2474.02 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 72.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 361.53 g; W tym cukry: 68.94 g; Błonnik pok.: 31.29 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2380.35 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 76.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 343.95 g; W tym cukry: 69.55 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2002.36 kcal; Białko ogółem: 62.42 g; Tłuszcz: 54.39 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 326.73 g; W tym cukry: 84.10 g; Błonnik pok.: 18.79 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 2220.70 kcal; Białko ogółem: 102.45 g; Tłuszcz: 75.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 296.41 g; W tym cukry: 22.31 g; Błonnik pok.: 37.09 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2163.71 kcal; Białko ogółem: 76.80 g; Tłuszcz: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 34.13 g; Węglowodany ogółem: 319.49 g; W tym cukry: 56.26 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 6.65 g;					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-16 do dnia 2024-05-25 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	Makaron 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> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Makaron 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> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Makaron 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> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Makaron 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> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Makaron 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> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron 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> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron 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> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza gryczana 220 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kopytka ziemniaczane * 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kopytka ziemniaczane * 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza gryczana 220 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka z pora, jabłka i marchewki () 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza gryczana 220 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</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> ) Szprot w sosie pomidorowym 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 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 szkolna- wp. parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, 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> ) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, 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> ) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, 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> ) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Salata 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> ) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Salata 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> ) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )				Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
	Wartość energetyczna: 2613.37 kcal; Białko ogółem: 104.15 g; Tłuszcz: 85.17 g; Kw. tł. nasy.: 39.57 g; Węglowodany ogółem: 371.03 g; W tym cukry: 102.72 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2682.43 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 408.93 g; W tym cukry: 101.81 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2400.52 kcal; Białko ogółem: 96.05 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 337.80 g; W tym cukry: 69.36 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2477.11 kcal; Białko ogółem: 82.75 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.51 g; Węglowodany ogółem: 374.82 g; W tym cukry: 68.65 g; Błonnik pok.: 19.30 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2381.37 kcal; Białko ogółem: 86.77 g; Tłuszcz: 72.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 358.12 g; W tym cukry: 83.34 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2146.56 kcal; Białko ogółem: 94.85 g; Tłuszcz: 74.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 289.11 g; W tym cukry: 30.09 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2058.21 kcal; Białko ogółem: 77.40 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 301.56 g; W tym cukry: 34.83 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 8.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-16 do dnia 2024-05-25 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	Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku wanilinowym 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				Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</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> ) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Eskałopka z kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sałata zielona z kefirem 150 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grysikowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Jajko sadzone kl M 2 szt ( <u>JAJ, MLE</u> ) Sałata zielona z kefirem 150 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grysikowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Dynia duszona z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grysikowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Dynia duszona z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grysikowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Dynia duszona z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grysikowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Jajko sadzone kl M (mało tłuszczu) 2 szt ( <u>JAJ, MLE</u> ) Sałata zielona z kefirem 150 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Jajko sadzone kl M (mało tłuszczu) 2 szt ( <u>JAJ, MLE</u> ) Sałata zielona z kefirem 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> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g ( <u>SOJ</u> ) Musztarda 15 g ( <u>GOR</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 szkolna- wp. parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</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 szkolna- wp. parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, 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> ) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt				Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> ) Dżem 25 g 1 szt Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 15 g	
	Wartość energetyczna: 3019.67 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 116.37 g; Kw. tł. nasy.: 46.77 g; Węglowodany ogółem: 399.35 g; W tym cukry: 91.89 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2930.62 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 112.54 g; Kw. tł. nasy.: 52.41 g; Węglowodany ogółem: 391.83 g; W tym cukry: 91.19 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2723.65 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 81.19 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 402.33 g; W tym cukry: 93.23 g; Błonnik pok.: 23.80 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2685.08 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 82.32 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 402.93 g; W tym cukry: 93.23 g; Błonnik pok.: 23.80 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2479.32 kcal; Białko ogółem: 86.68 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kw. tł. nasy.: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 376.70 g; W tym cukry: 70.70 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 1940.16 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz: 56.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 282.88 g; W tym cukry: 13.44 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 1931.51 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 283.50 g; W tym cukry: 13.46 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sól: 8.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-16 do dnia 2024-05-25 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> ) 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 razowy 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 razowy 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 czerwony z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony 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	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty wegetariański z soczewicą 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany* 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 z fasoli* 80 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> ) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g ( <u>SOJ.</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> ) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g ( <u>SOJ.</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> ) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g ( <u>SOJ.</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> ) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 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 fasoli* 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 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> ) Paszтет z fasoli* 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 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> ) Paszтет z fasoli* 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Banan 1szt. 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )					Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		
	Wartość energetyczna: 2756.65 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 94.19 g; Kw. tł. nasy.: 31.63 g; Węglowodany ogółem: 391.46 g; W tym cukry: 102.12 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2606.31 kcal; Białko ogółem: 94.19 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 399.92 g; W tym cukry: 101.96 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2560.45 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 83.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 365.09 g; W tym cukry: 100.20 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2499.06 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 69.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 386.90 g; W tym cukry: 135.75 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2519.31 kcal; Białko ogółem: 93.87 g; Tłuszcz: 80.89 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 366.76 g; W tym cukry: 89.18 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2267.90 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz: 83.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 308.26 g; W tym cukry: 37.56 g; Błonnik pok.: 35.64 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2110.22 kcal; Białko ogółem: 74.63 g; Tłuszcz: 65.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 317.54 g; W tym cukry: 37.49 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sól: 6.67 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-16 do dnia 2024-05-25 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	
2024-05-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Rogal maślany 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> ) Rogal maślany 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	
		Kalafiiorowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiiorowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiiorowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 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	Kalafiiorowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryżowa (bez mleka)* 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 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	Kalafiiorowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiiorowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
2024-05-24 piątek	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> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</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> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</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> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE,</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> ) 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> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 5 g			
	Wartość energetyczna: 2820.52 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 90.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 402.17 g; W tym cukry: 105.69 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 2626.27 kcal; Białko ogółem: 99.21 g; Tłuszcz: 79.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 386.44 g; W tym cukry: 105.65 g; Błonnik pok.: 20.88 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2668.73 kcal; Białko ogółem: 107.40 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 389.46 g; W tym cukry: 103.83 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 4.25 g;	Wartość energetyczna: 2630.53 kcal; Białko ogółem: 99.63 g; Tłuszcz: 78.45 g; Kw. tł. nasy.: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 389.46 g; W tym cukry: 103.83 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 4.14 g;	Wartość energetyczna: 2279.50 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; Tłuszcz: 60.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 351.83 g; W tym cukry: 81.39 g; Błonnik pok.: 20.21 g; Sól: 3.47 g;	Wartość energetyczna: 2122.46 kcal; Białko ogółem: 100.94 g; Tłuszcz: 76.04 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 271.19 g; W tym cukry: 20.68 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2084.26 kcal; Białko ogółem: 93.16 g; Tłuszcz: 75.36 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 271.19 g; W tym cukry: 20.68 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 7.56 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-16 do dnia 2024-05-25 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
2024-05-25 sobota	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki pszenne na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 220 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Potrawka drobiowa 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) 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 ( <b>MLE, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 220 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Potrawka drobiowa 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 220 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Potrawka drobiowa 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 220 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Potrawka drobiowa 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 220 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Potrawka drobiowa 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 15 g	
		Wartość energetyczna: 2265.50 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz: 73.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 328.69 g; W tym cukry: 77.74 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2234.36 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 65.76 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 336.94 g; W tym cukry: 83.92 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2054.21 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 320.92 g; W tym cukry: 68.47 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2054.21 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 320.92 g; W tym cukry: 68.47 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 1992.85 kcal; Białko ogółem: 75.81 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 279.00 g; W tym cukry: 22.21 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 9.26 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,