

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-05 do dnia 2024-06-14 KUCHNIA LUBLIN USD

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	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	
2024-06-05 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</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. naturalny 80 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				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. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</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 białej * 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 * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</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 * () 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>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g 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>) 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 białej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</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 białej * 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
	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>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</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>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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>) Szynka 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>) 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>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</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: 2888.15 kcal; Białko ogółem: 102.18 g; Tłuszcz: 110.18 g; Kw. tł. nasy.: 38.99 g; Węglowodany ogółem: 382.51 g; W tym cukry: 94.80 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2690.20 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 97.31 g; Kw. tł. nasy.: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 374.51 g; W tym cukry: 97.12 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2630.57 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 89.04 g; Kw. tł. nasy.: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 363.99 g; W tym cukry: 85.11 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2668.18 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 82.00 g; Kw. tł. nasy.: 37.63 g; Węglowodany ogółem: 395.96 g; W tym cukry: 84.07 g; Błonnik pok.: 16.94 g; Sól: 6.89 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: 2231.41 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 87.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 292.18 g; W tym cukry: 36.27 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2208.64 kcal; Białko ogółem: 74.01 g; Tłuszcz: 86.98 g; Kw. tł. nasy.: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 296.29 g; W tym cukry: 38.69 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sól: 6.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-05 do dnia 2024-06-14 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
2024-06-06 czwartek	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 Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, 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 Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, 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>) Dynia 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) wegetariański z soczewicą 300 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 () 90 g (<u>GLU PSZ, 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 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		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	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 () 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)				Jabłko pieczone 1szt. 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>)	
		Wartość energetyczna: 2723.18 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz: 98.51 g; Kw. tł. nasy.: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 375.48 g; W tym cukry: 73.16 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2589.25 kcal; Białko ogółem: 87.71 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 40.69 g; Węglowodany ogółem: 380.35 g; W tym cukry: 71.36 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2338.27 kcal; Białko ogółem: 84.69 g; Tłuszcz: 73.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 341.13 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2302.73 kcal; Białko ogółem: 80.30 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 364.45 g; W tym cukry: 107.14 g; Błonnik pok.: 17.80 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2257.20 kcal; Białko ogółem: 73.78 g; Tłuszcz: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 339.59 g; W tym cukry: 61.90 g; Błonnik pok.: 22.75 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2356.86 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz: 95.17 g; Kw. tł. nasy.: 42.60 g; Węglowodany ogółem: 294.67 g; W tym cukry: 17.21 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2241.07 kcal; Białko ogółem: 81.33 g; Tłuszcz: 82.16 g; Kw. tł. nasy.: 39.89 g; Węglowodany ogółem: 303.85 g; W tym cukry: 16.59 g; Błonnik pok.: 31.62 g; Sól: 6.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-05 do dnia 2024-06-14 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
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka masłana 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 masłana 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 masłana 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			
	Obiad	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 młodej 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 młodej 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>) 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>) 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 młodej z olejem (<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 młodej z olejem (<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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<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 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>) 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)						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>) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2750.47 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 85.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 397.27 g; W tym cukry: 104.18 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2744.98 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 83.67 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 411.36 g; W tym cukry: 104.62 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 4.65 g;	Wartość energetyczna: 2715.99 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 79.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 402.66 g; W tym cukry: 102.01 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2681.52 kcal; Białko ogółem: 94.48 g; Tłuszcz: 77.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 411.85 g; W tym cukry: 102.16 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sól: 4.18 g;	Wartość energetyczna: 2367.23 kcal; Białko ogółem: 88.06 g; Tłuszcz: 62.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 374.04 g; W tym cukry: 80.52 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 2205.55 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 79.24 g; Kw. tł. nasy.: 36.76 g; Węglowodany ogółem: 284.75 g; W tym cukry: 20.99 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2171.08 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 77.19 g; Kw. tł. nasy.: 37.20 g; Węglowodany ogółem: 293.94 g; W tym cukry: 21.14 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 6.54 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-05 do dnia 2024-06-14 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
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) 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.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 220 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL.) 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.) Musztarda 15 g (GOR.) Pomidor 60 g 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 25 g 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)		Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)		Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2707.40 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 99.64 g; Kw. tł. nasy.: 40.68 g; Węglowodany ogółem: 379.08 g; W tym cukry: 105.54 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 9.77 g;		Wartość energetyczna: 2424.53 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 67.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.39 g; Węglowodany ogółem: 377.51 g; W tym cukry: 104.93 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 7.10 g;		Wartość energetyczna: 2250.83 kcal; Białko ogółem: 75.53 g; Tłuszcz: 60.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 360.62 g; W tym cukry: 88.98 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2081.62 kcal; Białko ogółem: 75.61 g; Tłuszcz: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 295.14 g; W tym cukry: 36.02 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 7.42 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-05 do dnia 2024-06-14 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
2024-06-09 niedziela	Śniadanie Kasza jęczmienna 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.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Kasza jęczmienna 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.) 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		Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, 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.) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb razowy 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.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad Pomidorowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Mizeria 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Pomidorowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Mizeria 150 g (MLE.) 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.) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt 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.) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt 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.) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE.) 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.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Dżem 25 g 1 szt Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Pomidor 15 g	
	Wartość energetyczna: 2644.02 kcal; Białko ogółem: 93.76 g; Tłuszcz: 87.46 g; Kw. tł. nasy.: 38.45 g; Węglowodany ogółem: 380.42 g; W tym cukry: 86.85 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 6.71 g;		Wartość energetyczna: 2516.12 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 72.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 371.62 g; W tym cukry: 86.61 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 7.25 g;		Wartość energetyczna: 2266.87 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 64.58 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; Węglowodany ogółem: 336.98 g; W tym cukry: 55.87 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 1975.61 kcal; Białko ogółem: 96.36 g; Tłuszcz: 62.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 269.06 g; W tym cukry: 16.84 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 7.13 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-05 do dnia 2024-06-14 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
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne 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>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wędzanych 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki pszenne 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	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany 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 Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami (*) 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>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zupa wiosenna z cukinią i 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>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi 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>) 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>) 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2639.71 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz: 84.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.23 g; Węglowodany ogółem: 389.13 g; W tym cukry: 65.98 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2488.56 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 82.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; W tym cukry: 66.57 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2469.91 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 76.86 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 369.44 g; W tym cukry: 67.03 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2318.76 kcal; Białko ogółem: 99.67 g; Tłuszcz: 74.27 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 323.60 g; W tym cukry: 67.62 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 1965.56 kcal; Białko ogółem: 73.93 g; Tłuszcz: 50.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 310.89 g; W tym cukry: 61.68 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 7.00 g;	Wartość energetyczna: 2144.69 kcal; Białko ogółem: 96.42 g; Tłuszcz: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 304.80 g; W tym cukry: 21.98 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2124.74 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 69.97 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 292.04 g; W tym cukry: 25.22 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 8.00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-05 do dnia 2024-06-14 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	
2024-06-11 wtorek	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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 60 g 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 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</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 mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 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	Zapiekanka ziemniaczana z wędliną- dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ketchup 15 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zapiekanka ziemniaczana z wędliną- dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zapiekanka ziemniaczana z wędliną- dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt				Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
			Wartość energetyczna: 2460.52 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 67.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 372.28 g; W tym cukry: 89.61 g; Błonnik pok.: 33.26 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2416.33 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Tłuszcz: 66.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 389.23 g; W tym cukry: 94.40 g; Błonnik pok.: 36.65 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2455.92 kcal; Białko ogółem: 105.28 g; Tłuszcz: 67.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 371.88 g; W tym cukry: 87.80 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2453.33 kcal; Białko ogółem: 82.57 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 391.97 g; W tym cukry: 99.15 g; Błonnik pok.: 35.65 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2331.35 kcal; Białko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz: 69.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 345.54 g; W tym cukry: 63.85 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2095.60 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 62.88 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 293.46 g; W tym cukry: 44.01 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2072.70 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz: 62.34 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 315.09 g; W tym cukry: 48.90 g; Błonnik pok.: 38.00 g; Sól: 7.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-05 do dnia 2024-06-14 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
2024-06-12 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana 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> ,) 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				Kasza kukurydziana 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> ,) 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	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> ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko 220 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z makaronem *() 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Sos pietruszkowy* 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	Selerowa z makaronem *() 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko 220 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	Selerowa z makaronem (bez mleka) *() 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Sos pietruszkowy* 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	Selerowa z makaronem *() 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z makaronem *() 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Mus z jabłek prażonych 100 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> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> ,) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</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 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> ,) 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> ,) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</u> ,) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Banan 1szt. 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> ,) Salata zielona 5 g	
	Wartość energetyczna: 2554.68 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz: 89.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 363.50 g; W tym cukry: 98.17 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2282.78 kcal; Białko ogółem: 65.56 g; Tłuszcz: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 361.83 g; W tym cukry: 120.02 g; Błonnik pok.: 17.18 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2518.68 kcal; Białko ogółem: 88.38 g; Tłuszcz: 81.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 370.61 g; W tym cukry: 99.62 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 2338.83 kcal; Białko ogółem: 71.28 g; Tłuszcz: 68.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 371.50 g; W tym cukry: 133.49 g; Błonnik pok.: 19.18 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2270.50 kcal; Białko ogółem: 74.39 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 354.31 g; W tym cukry: 83.67 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2234.87 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 91.45 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 287.78 g; W tym cukry: 19.85 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 1999.52 kcal; Białko ogółem: 62.15 g; Tłuszcz: 72.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 286.94 g; W tym cukry: 42.57 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 7.76 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-05 do dnia 2024-06-14 KUCHNIA LUBLIN USD

L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II		L- MSWIA 2 Łatwa strawna zestaw I		L- MSWIA 2 Łatwa 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	
2024-06-13 czwartek	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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 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>) 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		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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 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.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
	Obiad	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>) Salatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>) 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>) Kasztotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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 * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kasztotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Salatka jarzynowa z olejem* 150 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>) 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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Salatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
	PN	Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Jogurt naturalny 2% 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)								Kefir 2% 150 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt			
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;		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;		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;		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;		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;		Wartość energetyczna: 2143.95 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz: 78.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 293.17 g; W tym cukry: 41.55 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 8.45 g;		Wartość energetyczna: 2042.62 kcal; Białko ogółem: 67.64 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 297.26 g; W tym cukry: 42.37 g; Błonnik pok.: 32.98 g; Sól: 8.42 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-05 do dnia 2024-06-14 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	
2024-06-14 piątek	Śniadanie	Kasza manna 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>) Arbuz 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt					Kasza manna 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	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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) 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>) 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>) 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>) 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Arbuz 100 g	
		Wartość energetyczna: 2639.03 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 89.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 359.34 g; W tym cukry: 93.26 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2444.79 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 78.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 343.61 g; W tym cukry: 93.22 g; Błonnik pok.: 18.51 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2509.69 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 82.58 g; Kw. tł. nasy.: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 342.98 g; W tym cukry: 88.01 g; Błonnik pok.: 17.38 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 2471.49 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 81.90 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 342.98 g; W tym cukry: 88.01 g; Błonnik pok.: 17.38 g; Sól: 6.27 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: 2190.58 kcal; Białko ogółem: 103.44 g; Tłuszcz: 81.83 g; Kw. tł. nasy.: 41.60 g; Węglowodany ogółem: 272.87 g; W tym cukry: 31.26 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2152.39 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 81.15 g; Kw. tł. nasy.: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 272.87 g; W tym cukry: 31.26 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 6.95 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,
S02 - 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,