

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-13 do dnia 2024-09-22 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	
2024-09-13 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		
	Obiad							
	Kalafiorowa 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 kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa 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	Kalafiorowa 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	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 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>) 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>) 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>) 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	Bułka pszenna długa krojona 100 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	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 pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)				Mus z jabłek prażonych 100 g Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	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: 2820.50 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 93.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 403.88 g; W tym cukry: 108.49 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 2626.26 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 82.22 g; Kw. tł. nasy.: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 388.15 g; W tym cukry: 108.45 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sól: 5.28 g;	Wartość energetyczna: 2665.73 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 78.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 396.54 g; W tym cukry: 111.15 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2627.53 kcal; Białko ogółem: 99.59 g; Tłuszcz: 78.06 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 396.54 g; W tym cukry: 111.15 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2357.42 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 62.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 374.77 g; W tym cukry: 95.53 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 2122.97 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 79.01 g; Kw. tł. nasy.: 36.75 g; Węglowodany ogółem: 265.17 g; W tym cukry: 15.79 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2084.77 kcal; Białko ogółem: 91.92 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.49 g; Węglowodany ogółem: 265.17 g; W tym cukry: 15.79 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 7.22 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-13 do dnia 2024-09-22 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
2024-09-14 sobota	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE)</p> <p>Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)</p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE)</p> <p>Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)</p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE)</p> <p>Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE)</p> <p>Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)</p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>		
	Obiad	<p>Szpinakowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JECZ)</p> <p>Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Szpinakowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JECZ)</p> <p>Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Szpinakowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JECZ)</p> <p>Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Szpinakowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JECZ)</p> <p>Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>		
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE)</p> <p>Leczo z cukini z kielbasą 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE)</p> <p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR)</p> <p>Salata zielona 25 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE)</p> <p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR)</p> <p>Salata zielona 25 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>		
	PN	<p>Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE)</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE)</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE)</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE)</p> <p>Twaróg półtłusty 20 g (MLE)</p> <p>Papryka świeża 15 g</p>		
		<p>Wartość energetyczna: 2569.73 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz: 104.24 g; Kw. tł. nasy.: 39.55 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 334.54 g; W tym cukry: 86.28 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 9.47 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2181.66 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz: 65.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.60 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 320.94 g; W tym cukry: 80.52 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 8.22 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2019.28 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 79.87 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 306.11 g; W tym cukry: 66.05 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sól: 7.70 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1951.20 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 76.00 g; Tłuszcz: 69.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 266.98 g; W tym cukry: 22.35 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 8.79 g;</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-13 do dnia 2024-09-22 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	
2024-09-15 niedziela	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>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		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>) 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		Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 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		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>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kapusta zasmażana () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Pomidorowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski*. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Pomidorowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Kapusta zasmażana () 150 g (<u>GLU PSZ,</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>) Ser żółty 60 g (<u>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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Nektarynka 1 szt 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2641.19 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 94.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 350.20 g; W tym cukry: 76.63 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 7.47 g;		Wartość energetyczna: 2401.46 kcal; Białko ogółem: 119.19 g; Tłuszcz: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 327.71 g; W tym cukry: 72.20 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 6.76 g;		Wartość energetyczna: 2203.63 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 61.54 g; Kw. tł. nasy.: 30.60 g; Węglowodany ogółem: 323.75 g; W tym cukry: 70.17 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 6.20 g;		Wartość energetyczna: 2207.25 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 75.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.45 g; Węglowodany ogółem: 286.24 g; W tym cukry: 34.18 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 7.47 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-13 do dnia 2024-09-22 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II	
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Salatka z pomidorów i koperku 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Salatka z pomidorów i koperku 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 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	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 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	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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>) Salatka z pomidorów i koperku 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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>) Salatka z pomidorów i koperku 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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>) Salatka z pomidorów i koperku 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Brokułowa z ryżem* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Naleśniki z twarogiem i śmietaną 300g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ryżem* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ryżem* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70g (<u>MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ryżem* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryżowa (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL.</u>) Makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100g (<u>MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ryżem* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150g 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 makreli wędzonej** 80 g (<u>RYB, 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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 PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (<u>RYB, 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>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 15g	
Wartość energetyczna: 2331.97 kcal; Białko ogółem: 82.43 g; Tłuszcz: 86.59 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 312.61 g; W tym cukry: 94.68 g; Błonnik pok.: 17.33 g; Sól: 8.28 g;		Wartość energetyczna: 2184.82 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 301.34 g; W tym cukry: 69.27 g; Błonnik pok.: 17.91 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2078.89 kcal; Białko ogółem: 83.00 g; Tłuszcz: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 306.49 g; W tym cukry: 75.88 g; Błonnik pok.: 17.40 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2135.56 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 300.18 g; W tym cukry: 67.25 g; Błonnik pok.: 17.13 g; Sól: 9.56 g;	Wartość energetyczna: 1962.09 kcal; Białko ogółem: 75.83 g; Tłuszcz: 58.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 292.27 g; W tym cukry: 51.55 g; Błonnik pok.: 16.18 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 1986.82 kcal; Białko ogółem: 90.06 g; Tłuszcz: 70.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 254.17 g; W tym cukry: 22.75 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 1959.76 kcal; Białko ogółem: 81.68 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 33.04 g; Węglowodany ogółem: 263.01 g; W tym cukry: 29.24 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 7.87 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-13 do dnia 2024-09-22 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						
2024-09-17 wtorek	Śniadanie	<p>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>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wierzbowych 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</p>		<p>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>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>		<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 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</p>		<p>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>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>					
		<p>Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>		<p>Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami warzywnymi* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>)</p>		<p>Solferino * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>)</p>		<p>Solferino (bez mleka)*() 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>		<p>Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>)</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 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</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 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</p>		<p>Bułka pszenna długa krojona 100 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</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 szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>					
		<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt</p>		<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt</p>		<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>		<p>Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt</p>					
<p>Wartość energetyczna: 2564.35 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 89.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 350.30 g; W tym cukry: 69.39 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 9.80 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2337.23 kcal; Białko ogółem: 75.46 g; Tłuszcz: 77.56 g; Kw. tł. nasy.: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 346.45 g; W tym cukry: 79.68 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 9.32 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2563.32 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 84.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 360.42 g; W tym cukry: 77.42 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 8.18 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2317.53 kcal; Białko ogółem: 71.44 g; Tłuszcz: 72.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 352.48 g; W tym cukry: 86.88 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 7.63 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2402.64 kcal; Białko ogółem: 89.08 g; Tłuszcz: 77.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 343.23 g; W tym cukry: 61.18 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sól: 7.18 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2157.88 kcal; Białko ogółem: 89.83 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 281.88 g; W tym cukry: 29.51 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 9.64 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 1930.76 kcal; Białko ogółem: 64.59 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 278.03 g; W tym cukry: 39.80 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 9.16 g;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-13 do dnia 2024-09-22 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																						
2024-09-18 środa	Śniadanie	<p>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>) Ser żółty 60g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>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 80g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, 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 80g (<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 razowy pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80g (<u>MLE.</u>) Śliwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	Obiad	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków, jabłka, marchwi z jogurtem naturalnym () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*() 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Pierogi ukraińskie - chl. 300g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Sałatka z buraczków, jabłka, marchwi z jogurtem naturalnym () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z fasoli 90 g Salata zielona 25 g 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>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z fasoli 90 g Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	PN	<p>Śliwka szt 2 szt Andruły 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Banan 1szt. 1 szt Andruły 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Mus z jabłek prażonych 100 g Andruły 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Rzodkiew biała 15 g Ser żółty 20g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5g (<u>MLE.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p>	<p>Wartość energetyczna: 2737.21 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 84.25 g; Kw. tł. nasy.: 43.73 g; Węglowodany ogółem: 408.56 g; W tym cukry: 83.47 g; Błonnik pok.: 36.19 g; Sól: 8.10 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3017.40 kcal; Białko ogółem: 110.81 g; Tłuszcz: 88.31 g; Kw. tł. nasy.: 43.68 g; Węglowodany ogółem: 453.66 g; W tym cukry: 115.73 g; Błonnik pok.: 35.42 g; Sól: 6.51 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2576.16 kcal; Białko ogółem: 95.30 g; Tłuszcz: 68.55 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 405.75 g; W tym cukry: 112.46 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 7.18 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2849.55 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 73.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 448.02 g; W tym cukry: 141.83 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 5.58 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2214.56 kcal; Białko ogółem: 80.95 g; Tłuszcz: 58.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 355.05 g; W tym cukry: 77.16 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 6.48 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2232.60 kcal; Białko ogółem: 88.98 g; Tłuszcz: 66.01 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 340.05 g; W tym cukry: 25.63 g; Błonnik pok.: 37.02 g; Sól: 7.01 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2334.93 kcal; Białko ogółem: 81.50 g; Tłuszcz: 81.75 g; Kw. tł. nasy.: 42.13 g; Węglowodany ogółem: 336.35 g; W tym cukry: 27.39 g; Błonnik pok.: 34.54 g; Sól: 5.88 g;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-13 do dnia 2024-09-22 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						
2024-09-19 czwartek	Śniadanie												
	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml						
	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryż na sypko 220 g Leczo z drobiem 150 g Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL,</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>) Leczo wegetariańskie 150 g Ryż na sypko 220 g Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>)		Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem 150 g Ryż na sypko 220 g Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>)		Ziemniaczana *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Leczo z drobiem 150 g Ryż na sypko 220 g Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL,</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>) Ziemniaki gotowane () 250 g Leczo z drobiem 150 g Ryż na sypko (brązowy) 220 g Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Maślanka 150 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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałatka jarzynowa (*) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</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 Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 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 Sałatka jarzynowa (*) 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml						
	PN												
Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)					Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)						
Wartość energetyczna: 2583.13 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 74.94 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 402.64 g; W tym cukry: 107.36 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 7.14 g;		Wartość energetyczna: 2616.63 kcal; Białko ogółem: 86.75 g; Tłuszcz: 76.62 g; Kw. tł. nasy.: 35.68 g; Węglowodany ogółem: 409.88 g; W tym cukry: 115.89 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 7.23 g;		Wartość energetyczna: 2521.91 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 63.90 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 409.84 g; W tym cukry: 106.55 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 6.41 g;		Wartość energetyczna: 2555.41 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 65.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.94 g; Węglowodany ogółem: 417.08 g; W tym cukry: 115.08 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 6.50 g;		Wartość energetyczna: 2134.61 kcal; Białko ogółem: 78.15 g; Tłuszcz: 56.19 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 340.85 g; W tym cukry: 69.07 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 5.13 g;		Wartość energetyczna: 2511.67 kcal; Białko ogółem: 86.24 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 399.57 g; W tym cukry: 47.71 g; Błonnik pok.: 44.74 g; Sól: 7.86 g;		Wartość energetyczna: 2251.80 kcal; Białko ogółem: 84.30 g; Tłuszcz: 70.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 332.30 g; W tym cukry: 53.67 g; Błonnik pok.: 38.94 g; Sól: 7.41 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-13 do dnia 2024-09-22 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				
2024-09-20 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Śliwka szt 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Jablko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Jablko pieczone 1szt. 1 szt 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 razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60g (<u>MLE,</u>) Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
		Obiad	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 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		Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
				PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)					Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 15 g	
	Wartość energetyczna: 2768.06 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz: 88.32 g; Kw. tł. nasy.: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 394.35 g; W tym cukry: 113.20 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 5.01 g;	Wartość energetyczna: 2535.24 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 378.62 g; W tym cukry: 113.16 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sól: 4.69 g;	Wartość energetyczna: 2600.40 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 375.27 g; W tym cukry: 108.58 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 2523.63 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 375.27 g; W tym cukry: 108.58 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 2327.64 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 62.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 352.64 g; W tym cukry: 89.66 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 3.67 g;	Wartość energetyczna: 2266.40 kcal; Białko ogółem: 102.17 g; Tłuszcz: 83.15 g; Kw. tł. nasy.: 42.74 g; Węglowodany ogółem: 292.31 g; W tym cukry: 31.34 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 2189.63 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 75.76 g; Kw. tł. nasy.: 41.79 g; Węglowodany ogółem: 292.31 g; W tym cukry: 31.34 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 7.58 g;				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-13 do dnia 2024-09-22 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	
2024-09-21 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 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	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bulka 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	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bulka 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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 100 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	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> ,) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>MLE, SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (<u>GLU JĘCZ</u> ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>MLE, SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (<u>GLU JĘCZ</u> ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 350 ml (<u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (<u>GLU JĘCZ</u> ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (<u>GLU JĘCZ</u> ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</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> ,) Ogórek kiszony 60 g Musztarda 15 g (<u>GOR</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> ,) Bulka 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 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> ,) Bulka 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	Bulka pszenna długa krojona 100 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 Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Banan 1szt. 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)	Banan 1szt. 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)	Banan 1szt. 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)	Mus z jabłek prażonych 100 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2933.08 kcal; Białko ogółem: 115.41 g; Tłuszcz: 101.30 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 403.86 g; W tym cukry: 105.14 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 11.63 g;	Wartość energetyczna: 2560.49 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 372.92 g; W tym cukry: 104.75 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2560.49 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 372.92 g; W tym cukry: 104.75 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2299.79 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 69.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 333.43 g; W tym cukry: 77.40 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2328.16 kcal; Białko ogółem: 104.32 g; Tłuszcz: 81.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; W tym cukry: 34.23 g; Błonnik pok.: 31.15 g; Sól: 9.22 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-13 do dnia 2024-09-22 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	
2024-09-22 niedziela	Śniadanie	<p>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.) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>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</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 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</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 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</p>	<p>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.) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>		
	Obiad	<p>Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Czwartka z kurczaka pieczona 200 g Surówka Coleslaw () 150 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Czwartka z kurczaka gotowana 200 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>		<p>Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Czwartka z kurczaka gotowana 200 g Dynia pieczona z olejem i ziołami* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Czwartka z kurczaka gotowana 200 g Surówka Coleslaw b/c () 150 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>		
	Kolacja	<p>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.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>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.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>		<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>		
	PN	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt</p>		<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Miód (25g) 1 szt Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p>	<p>Salata zielona 5 g Ser żółty 20 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p>		
		<p>Wartość energetyczna: 3234.63 kcal; Białko ogółem: 151.81 g; Tłuszcz: 128.93 g; Kw. tł. nasy.: 52.14 g; Węglowodany ogółem: 378.64 g; W tym cukry: 83.17 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 7.94 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3029.04 kcal; Białko ogółem: 152.84 g; Tłuszcz: 119.46 g; Kw. tł. nasy.: 51.31 g; Węglowodany ogółem: 346.78 g; W tym cukry: 58.39 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 7.69 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2960.09 kcal; Białko ogółem: 144.33 g; Tłuszcz: 116.83 g; Kw. tł. nasy.: 48.12 g; Węglowodany ogółem: 340.51 g; W tym cukry: 47.50 g; Błonnik pok.: 20.03 g; Sól: 6.39 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2728.19 kcal; Białko ogółem: 145.76 g; Tłuszcz: 114.29 g; Kw. tł. nasy.: 48.39 g; Węglowodany ogółem: 293.92 g; W tym cukry: 36.12 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 8.41 g;</p>		

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,