

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-23 do dnia 2024-10-02 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						
2024-09-23 poniedziałek	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 dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Sałata zielona 25 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>) Sałata zielona 25 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>) 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</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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>					
		<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>		<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (<u>MLE, SO2</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>		<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (<u>MLE, SO2</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>		<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	
2024-09-23 poniedziałek	Obiad	<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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 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>) Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>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, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>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>) Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>					
		<p>Wartość energetyczna: 2621.62 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 93.41 g; Kw. tł. nasy.: 51.20 g; Węglowodany ogółem: 359.87 g; W tym cukry: 71.03 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 10.32 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2598.12 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 91.99 g; Kw. tł. nasy.: 46.45 g; Węglowodany ogółem: 354.71 g; W tym cukry: 64.98 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 10.82 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2454.91 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 75.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.79 g; Węglowodany ogółem: 364.23 g; W tym cukry: 71.38 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sól: 7.66 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2455.23 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; Tłuszcz: 75.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 363.38 g; W tym cukry: 67.75 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 8.06 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2262.66 kcal; Białko ogółem: 73.80 g; Tłuszcz: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 345.30 g; W tym cukry: 59.16 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 6.95 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2068.96 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 289.15 g; W tym cukry: 36.72 g; Błonnik pok.: 32.26 g; Sól: 7.68 g;</p>	
2024-09-23 poniedziałek	Kolejacja	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Waffle ryżowe 20 g</p>		<p>Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt</p>									
		<p>Wartość energetyczna: 2621.62 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 93.41 g; Kw. tł. nasy.: 51.20 g; Węglowodany ogółem: 359.87 g; W tym cukry: 71.03 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 10.32 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2598.12 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 91.99 g; Kw. tł. nasy.: 46.45 g; Węglowodany ogółem: 354.71 g; W tym cukry: 64.98 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 10.82 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2454.91 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 75.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.79 g; Węglowodany ogółem: 364.23 g; W tym cukry: 71.38 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sól: 7.66 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2455.23 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; Tłuszcz: 75.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 363.38 g; W tym cukry: 67.75 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 8.06 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2262.66 kcal; Białko ogółem: 73.80 g; Tłuszcz: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 345.30 g; W tym cukry: 59.16 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 6.95 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2068.96 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 289.15 g; W tym cukry: 36.72 g; Błonnik pok.: 32.26 g; Sól: 7.68 g;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-23 do dnia 2024-10-02 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	
2024-09-24 wtorek	Śniadanie	<p>Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany 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>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany 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>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	
		<p>Jarzynowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Jarzynowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Naleśniki z twarogiem i śmietaną 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Jarzynowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Jarzynowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Jarzynowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz warzywny z ciecierzą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</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>) Leczo z cukinii z kielbasą 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Chrzan 20 g (<u>MLE, SO2.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>			
		<p>Gruszka 1szt. 150 g Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Banan 1szt. 1 szt Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p>			<p>Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Rzodkiew biała 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>)</p>		
		<p>Wartość energetyczna: 2593.29 kcal; Białko ogółem: 82.11 g; Tłuszcz: 106.24 g; Kw. tł. nasy.: 37.68 g; Węglowodany ogółem: 341.42 g; W tym cukry: 81.29 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 8.50 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2634.72 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz: 111.02 g; Kw. tł. nasy.: 43.85 g; Węglowodany ogółem: 341.32 g; W tym cukry: 112.97 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 7.58 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2376.01 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 351.62 g; W tym cukry: 97.07 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 7.74 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2365.71 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 71.22 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 369.00 g; W tym cukry: 102.03 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 7.95 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2130.68 kcal; Białko ogółem: 82.22 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 334.64 g; W tym cukry: 81.12 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 8.35 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2134.95 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 73.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 291.75 g; W tym cukry: 31.13 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sól: 7.96 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2119.08 kcal; Białko ogółem: 70.91 g; Tłuszcz: 71.59 g; Kw. tł. nasy.: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 313.38 g; W tym cukry: 36.02 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 8.07 g;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-23 do dnia 2024-10-02 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						
2024-09-25 środa	Śniadanie												
	Plątki 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>) 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		Plątki 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 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Plątki 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								
	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JEĆZ.</u>) Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</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 JEĆZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia grillowana z ziołami* 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>) Kopytka ziemniaczane * 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Cukinia grillowana z ziołami* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JEĆZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pierogi ukraińskie - chl. 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Sałatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml				
	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>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) 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						
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>) Jablko 1 szt 1 szt						
Wartość energetyczna: 2947.11 kcal; Białko ogółem: 105.14 g; Tłuszcz: 111.59 g; Kw. tł. nasy.: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 395.14 g; W tym cukry: 106.71 g; Błonnik pok.: 30.03 g; Sól: 8.09 g;		Wartość energetyczna: 2749.16 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 98.71 g; Kw. tł. nasy.: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 387.14 g; W tym cukry: 109.03 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 6.96 g;		Wartość energetyczna: 2701.56 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 88.62 g; Kw. tł. nasy.: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 385.14 g; W tym cukry: 101.93 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 5.99 g;		Wartość energetyczna: 2739.17 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 81.58 g; Kw. tł. nasy.: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 417.11 g; W tym cukry: 100.89 g; Błonnik pok.: 18.73 g; Sól: 5.19 g;		Wartość energetyczna: 2344.76 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 79.22 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 327.54 g; W tym cukry: 64.22 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sól: 6.64 g;		Wartość energetyczna: 2256.38 kcal; Białko ogółem: 84.45 g; Tłuszcz: 87.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 298.86 g; W tym cukry: 33.63 g; Błonnik pok.: 31.37 g; Sól: 7.34 g;		Wartość energetyczna: 2233.61 kcal; Białko ogółem: 74.24 g; Tłuszcz: 86.88 g; Kw. tł. nasy.: 39.86 g; Węglowodany ogółem: 302.97 g; W tym cukry: 36.05 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 6.41 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-23 do dnia 2024-10-02 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				
2024-09-26 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 Sałatka z pomidorów i koperku 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 Sałatka z pomidorów i koperku 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 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 mieszany 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 Cukier 5g (saszetka) 2 szt Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>)	Kasza manna 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>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>)	Kasza manna 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>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Sałatka z pomidorów i koperku 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 top* 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>) Dymia pieczona z olejem i ziołami* 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 kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) 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 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 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 kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>)	
				PN	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>)
					Wartość energetyczna: 2734.00 kcal; Białko ogółem: 95.13 g; Tłuszcz: 100.28 g; Kw. tł. nasy.: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 374.00 g; W tym cukry: 71.73 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2600.07 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 87.01 g; Kw. tł. nasy.: 40.80 g; Węglowodany ogółem: 378.86 g; W tym cukry: 69.94 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2353.89 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; W tym cukry: 68.64 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2318.35 kcal; Białko ogółem: 80.29 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; W tym cukry: 107.00 g; Błonnik pok.: 17.79 g; Sól: 7.24 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: 2367.67 kcal; Białko ogółem: 88.82 g; Tłuszcz: 96.95 g; Kw. tł. nasy.: 42.71 g; Węglowodany ogółem: 293.18 g; W tym cukry: 15.78 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2251.89 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz: 83.93 g; Kw. tł. nasy.: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 302.37 g; W tym cukry: 15.16 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 7.87 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-23 do dnia 2024-10-02 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						
2024-09-27 piątek	Sniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</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 Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</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	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</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	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) 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>) Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szyńka 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>) Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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								
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)												
	Wartość energetyczna: 2715.41 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 84.56 g; Kw. tł. nasy.: 35.36 g; Węglowodany ogółem: 390.17 g; W tym cukry: 97.92 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 6.38 g;		Wartość energetyczna: 2709.92 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 83.18 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 404.26 g; W tym cukry: 98.36 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sól: 6.42 g;		Wartość energetyczna: 2713.05 kcal; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 79.10 g; Kw. tł. nasy.: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 403.28 g; W tym cukry: 102.45 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 4.30 g;		Wartość energetyczna: 2678.58 kcal; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.54 g; Węglowodany ogółem: 412.47 g; W tym cukry: 102.60 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sól: 4.22 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: 2170.49 kcal; Białko ogółem: 100.18 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 36.69 g; Węglowodany ogółem: 277.65 g; W tym cukry: 14.72 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 8.40 g;		Wartość energetyczna: 2136.02 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.14 g; Węglowodany ogółem: 286.84 g; W tym cukry: 14.87 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 8.32 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-23 do dnia 2024-10-02 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	
2024-09-28 sobota	Śniadanie	Platki 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 kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki 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	Platki 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	Platki 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 kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) Ogórek kiszony 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.) 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 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 (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.) Surówka z marchwi i selera () 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i selera () 150 g (MLE, SEL.) 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.) 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.) 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.) 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	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	Śliwka szt 2 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Banan 1szt. 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Śliwka szt 2 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2294.13 kcal; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 339.78 g; W tym cukry: 75.76 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2477.03 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 377.21 g; W tym cukry: 104.93 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2199.28 kcal; Białko ogółem: 83.39 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 335.25 g; W tym cukry: 55.57 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 1978.81 kcal; Białko ogółem: 73.21 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 290.08 g; W tym cukry: 36.52 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 8.55 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-23 do dnia 2024-10-02 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				
2024-09-29 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.) Kiełbasa 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.) Bułka pszenna długa krojona 100 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.) Bułka pszenna długa krojona 100 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.) Bułka pszenna długa krojona 100 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.) Kiełbasa 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.) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 150 g (GLU PSZ, JAJ.) 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.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) 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.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) 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.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) 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 Fasolka szparagowa z wody* 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 (kieł drobno rozdr. wędz. parz. w osłonce niejadalnej) 140 g (SOJ.) Ogórek kiszony 60 g Musztarda 15 g (GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 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. naturalny 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. naturalny 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Cukier 5g (saszetka) 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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, SO2.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Dżem 25 g 1 szt Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) 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.) Papryka świeża 15 g	
					Wartość energetyczna: 2835.68 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 113.01 g; Kw. tł. nasy.: 46.48 g; Węglowodany ogółem: 363.03 g; W tym cukry: 70.01 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 11.22 g;	Wartość energetyczna: 2500.16 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 72.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 367.62 g; W tym cukry: 82.61 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2396.24 kcal; Białko ogółem: 96.60 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 356.81 g; W tym cukry: 70.08 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2396.24 kcal; Białko ogółem: 96.60 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 356.81 g; W tym cukry: 70.08 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2396.24 kcal; Białko ogółem: 96.60 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 356.81 g; W tym cukry: 70.08 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 6.29 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 2024-09-23 do dnia 2024-10-02 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						
2024-09-30 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 dodatkiem surowców wędzowanych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki 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>) Szyunka 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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szyunka 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 razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szyunka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
		Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Dyniowa z ziemniakami*() 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane* 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca 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		Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sałatka z pomidorów i koperku 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>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata 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>) Szyunka 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml							
		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyunka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt							
		Wartość energetyczna: 2688.27 kcal; Białko ogółem: 103.49 g; Tłuszcz: 84.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.13 g; Węglowodany ogółem: 388.33 g; W tym cukry: 103.85 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 7.49 g;		Wartość energetyczna: 2467.99 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 80.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 343.10 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 8.42 g;		Wartość energetyczna: 2402.06 kcal; Białko ogółem: 75.00 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.69 g; Węglowodany ogółem: 372.32 g; W tym cukry: 76.60 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 5.84 g;		Wartość energetyczna: 2307.33 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 72.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 325.13 g; W tym cukry: 69.08 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 6.84 g;		Wartość energetyczna: 2043.90 kcal; Białko ogółem: 76.49 g; Tłuszcz: 51.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 325.62 g; W tym cukry: 63.92 g; Błonnik pok.: 18.70 g; Sól: 6.35 g;		Wartość energetyczna: 2158.69 kcal; Białko ogółem: 94.64 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 310.80 g; W tym cukry: 29.72 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 9.41 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-23 do dnia 2024-10-02 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	
2024-10-01 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>) 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	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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g 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>GLU PSZ, 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>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g 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>GLU PSZ, 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	Grysiowa* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g 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>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, 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	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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Sałatka 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 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>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	PN		Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, 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: 2568.14 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 78.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 372.44 g; W tym cukry: 84.59 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2523.95 kcal; Białko ogółem: 79.60 g; Tłuszcz: 77.48 g; Kw. tł. nasy.: 35.66 g; Węglowodany ogółem: 389.39 g; W tym cukry: 89.38 g; Błonnik pok.: 31.08 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2558.34 kcal; Białko ogółem: 106.20 g; Tłuszcz: 77.52 g; Kw. tł. nasy.: 37.68 g; Węglowodany ogółem: 368.93 g; W tym cukry: 82.55 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2555.75 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz: 79.20 g; Kw. tł. nasy.: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 389.02 g; W tym cukry: 93.90 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2328.36 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 335.45 g; W tym cukry: 66.72 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 2205.44 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 292.05 g; W tym cukry: 39.57 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2182.54 kcal; Białko ogółem: 80.93 g; Tłuszcz: 73.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 313.68 g; W tym cukry: 44.46 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Sól: 6.81 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-23 do dnia 2024-10-02 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	
2024-10-02 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>) 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	
		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 z kapusty pekińskiej z olejem () 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 Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, 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* 150 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 Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, 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* 150 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 z kapusty pekińskiej z olejem () 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 Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
2024-10-02 środa	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 kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL</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>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
		Śliwka szt 2 szt Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Banan 1szt. 1 szt Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</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: 2304.43 kcal; Białko ogółem: 82.13 g; Tłuszcz: 79.19 g; Kw. tł. nasy.: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 325.49 g; W tym cukry: 66.27 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2142.78 kcal; Białko ogółem: 64.28 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 327.52 g; W tym cukry: 90.90 g; Błonnik pok.: 15.57 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2447.26 kcal; Białko ogółem: 83.94 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 381.49 g; W tym cukry: 100.12 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2302.34 kcal; Białko ogółem: 67.50 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 387.54 g; W tym cukry: 135.91 g; Błonnik pok.: 20.97 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2164.56 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 336.44 g; W tym cukry: 60.92 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2119.82 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 81.00 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 282.73 g; W tym cukry: 15.79 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 1994.72 kcal; Białko ogółem: 62.15 g; Tłuszcz: 72.01 g; Kw. tł. nasy.: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 285.59 g; W tym cukry: 41.28 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sól: 8.79 g;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,