

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-03 do dnia 2024-10-12 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		
2024-10-03 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
		Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Salatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ziemniaczana *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
		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>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 25 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Salatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 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	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 Salatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
		PN	Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)					Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2877.70 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 115.95 g; Kw. tł. nasy.: 54.59 g; Węglowodany ogółem: 369.56 g; W tym cukry: 64.78 g; Błonnik pok.: 32.02 g; Sól: 14.57 g;	Wartość energetyczna: 2543.25 kcal; Białko ogółem: 84.84 g; Tłuszcz: 106.41 g; Kw. tł. nasy.: 50.36 g; Węglowodany ogółem: 323.26 g; W tym cukry: 65.82 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 2506.22 kcal; Białko ogółem: 94.29 g; Tłuszcz: 92.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 335.42 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2404.89 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 86.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 339.50 g; W tym cukry: 66.05 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2134.34 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 299.87 g; W tym cukry: 47.63 g; Błonnik pok.: 20.53 g; Sól: 5.09 g;	Wartość energetyczna: 2143.95 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz: 78.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 293.17 g; W tym cukry: 41.55 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2042.62 kcal; Białko ogółem: 67.64 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 297.26 g; W tym cukry: 42.37 g; Błonnik pok.: 32.98 g; Sól: 8.42 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-03 do dnia 2024-10-12 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	
2024-10-04 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) 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				Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
		Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
		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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 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 jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
		Kolacja	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Wafle ryżowe 30 g	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
PN	Wartość energetyczna: 2626.69 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 88.78 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 361.93 g; W tym cukry: 93.47 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2432.44 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 77.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; W tym cukry: 93.43 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2468.47 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 76.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 348.46 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2430.27 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 348.46 g; W tym cukry: 91.79 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2269.82 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 67.10 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 339.36 g; W tym cukry: 70.48 g; Błonnik pok.: 20.50 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 2173.44 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 80.66 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 274.12 g; W tym cukry: 30.18 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2135.24 kcal; Białko ogółem: 93.47 g; Tłuszcz: 79.99 g; Kw. tł. nasy.: 42.04 g; Węglowodany ogółem: 274.12 g; W tym cukry: 30.18 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 8.06 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-03 do dnia 2024-10-12 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	
2024-10-05 sobota	Śniadanie	<p>Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz, parz w osłonce niejadalnej) 140 g (SOJ.) Ketchup 15 g (SEL.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szywnka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g 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 (SEL, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szywnka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szywnka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne 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.) Szywnka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>		
	Obiad	<p>Kalafiorowa z ryżem* 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Bigos 350 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem* 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Jarzynowa z ryżem dieta* 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Kalafiorowa z ryżem* 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g 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.) Pasztet z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 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.) Pieczeń myśliwska- wędlna wieprzowa 60 g (SOJ.) Pomidor 60 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.) Pieczeń myśliwska- wędlna wieprzowa 60 g (SOJ.) 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.) Pasztet z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>			
	PN	<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Gruszka 1szt. 150 g</p>	<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Pomidor 15 g</p>			
		<p>Wartość energetyczna: 2914.69 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 118.81 g; Kw. tł. nasy.: 44.37 g; Węglowodany ogółem: 384.00 g; W tym cukry: 76.92 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 13.43 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2392.23 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 355.11 g; W tym cukry: 80.27 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sól: 8.06 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2254.05 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 340.44 g; W tym cukry: 65.95 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 7.09 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2351.78 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 88.31 g; Kw. tł. nasy.: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 311.34 g; W tym cukry: 21.85 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 9.03 g;</p>			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-03 do dnia 2024-10-12 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	
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Rzodkiew biała 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt		Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Rzodkiew biała 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt		Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 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 szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 60 g 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.) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (MLE.)		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Salata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 3054.98 kcal; Białko ogółem: 150.61 g; Tłuszcz: 124.82 g; Kw. tł. nasy.: 55.90 g; Węglowodany ogółem: 343.69 g; W tym cukry: 108.60 g; Błonnik pok.: 21.47 g; Sól: 9.01 g;		Wartość energetyczna: 2812.09 kcal; Białko ogółem: 148.50 g; Tłuszcz: 109.40 g; Kw. tł. nasy.: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 318.04 g; W tym cukry: 83.34 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 7.68 g;		Wartość energetyczna: 2673.26 kcal; Białko ogółem: 140.95 g; Tłuszcz: 103.65 g; Kw. tł. nasy.: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 303.34 g; W tym cukry: 69.02 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 6.72 g;		Wartość energetyczna: 2648.61 kcal; Białko ogółem: 144.39 g; Tłuszcz: 116.63 g; Kw. tł. nasy.: 53.17 g; Węglowodany ogółem: 268.54 g; W tym cukry: 14.65 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 9.39 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-03 do dnia 2024-10-12 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			
2024-10-07 poniedziałek	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Baton szynkowy z kurczątkiem 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Banan 1szt. 1 szt 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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurczątkiem 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurczątkiem 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurczątkiem 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>				
		Obiad	<p>Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi ukraińskie - chl. 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Solferino * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Solferino * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Solferino (bez mleka)*() 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	
			Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i papryki 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>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</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 twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>			
				PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				<p>Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser zółty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g</p>
	<p>Wartość energetyczna: 2595.37 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 90.77 g; Kw. tł. nasy.: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 367.40 g; W tym cukry: 78.78 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 6.08 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2573.70 kcal; Białko ogółem: 98.78 g; Tłuszcz: 83.01 g; Kw. tł. nasy.: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 371.12 g; W tym cukry: 76.40 g; Błonnik pok.: 34.20 g; Sól: 6.77 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2655.64 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 72.72 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 405.85 g; W tym cukry: 105.51 g; Błonnik pok.: 33.91 g; Sól: 5.68 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2561.97 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 76.80 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 388.27 g; W tym cukry: 106.13 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 6.25 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2048.76 kcal; Białko ogółem: 64.98 g; Tłuszcz: 56.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 339.44 g; W tym cukry: 94.00 g; Błonnik pok.: 14.32 g; Sól: 4.55 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2265.83 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 307.39 g; W tym cukry: 30.59 g; Błonnik pok.: 38.11 g; Sól: 7.48 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2208.84 kcal; Białko ogółem: 76.95 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.13 g; Węglowodany ogółem: 330.47 g; W tym cukry: 64.54 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 6.89 g;</p>			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-03 do dnia 2024-10-12 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II					
Śniadanie	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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 Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) 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	Makaron 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 wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 220 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew z groszkiem oprószana 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kopytka ziemniaczane * 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Marchew z groszkiem oprószana 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane * 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 220 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 220 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</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) 4 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 szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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		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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	PN	Jabłko 1 szt 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: 2650.09 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; Tłuszcz: 82.63 g; Kw. tł. nasy.: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 388.38 g; W tym cukry: 108.51 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 7.62 g;		Wartość energetyczna: 2719.15 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kw. tł. nasy.: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 426.29 g; W tym cukry: 107.61 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2395.59 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 77.87 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 339.59 g; W tym cukry: 72.79 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 2472.19 kcal; Białko ogółem: 82.09 g; Tłuszcz: 72.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.43 g; Węglowodany ogółem: 376.60 g; W tym cukry: 72.08 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2249.78 kcal; Białko ogółem: 87.42 g; Tłuszcz: 71.07 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; W tym cukry: 59.38 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2164.55 kcal; Białko ogółem: 94.03 g; Tłuszcz: 74.55 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 292.88 g; W tym cukry: 59.38 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 9.07 g;		Wartość energetyczna: 2076.20 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 30.43 g; Węglowodany ogółem: 305.32 g; W tym cukry: 38.14 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 9.23 g;				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-03 do dnia 2024-10-12 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	
2024-10-09 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt				Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
		Grycikowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grycikowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Jajko sadzone kl M 2 szt (<u>JAJ, MLE</u>) Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grycikowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grycikowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grycikowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dyńia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grycikowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grycikowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g Jajko sadzone kl M (mało tłuszczu) 2 szt (<u>JAJ, MLE</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Salatka z pomidorów i koperku 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Salatka z pomidorów i koperku 60 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 szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Salatka z pomidorów i koperku 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Kolacja							
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt				Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Dżem 25 g 1 szt Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>)		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2795.45 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 97.43 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 396.23 g; W tym cukry: 90.66 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2706.40 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 93.60 g; Kw. tł. nasy.: 45.09 g; Węglowodany ogółem: 388.71 g; W tym cukry: 89.96 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2712.71 kcal; Białko ogółem: 99.93 g; Tłuszcz: 85.37 g; Kw. tł. nasy.: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 394.42 g; W tym cukry: 90.34 g; Błonnik pok.: 22.67 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2674.13 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 86.50 g; Kw. tł. nasy.: 39.60 g; Węglowodany ogółem: 395.02 g; W tym cukry: 90.34 g; Błonnik pok.: 22.67 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2489.32 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz: 72.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 377.40 g; W tym cukry: 71.30 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 1990.66 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 282.67 g; W tym cukry: 11.60 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 1982.01 kcal; Białko ogółem: 72.16 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 283.29 g; W tym cukry: 11.62 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 8.86 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-03 do dnia 2024-10-12 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) 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	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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	2024-10-10 czwartek	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron (pełnoziarnisty) wegetariański z soczewicą 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	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	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Banan 1szt. 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabliko pieczone 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2756.65 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 94.19 g; Kw. tł. nasy.: 31.63 g; Węglowodany ogółem: 391.46 g; W tym cukry: 102.12 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2606.31 kcal; Białko ogółem: 94.19 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 399.92 g; W tym cukry: 101.96 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2560.45 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 83.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 365.09 g; W tym cukry: 100.20 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2499.06 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 69.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 386.90 g; W tym cukry: 135.75 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2393.70 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 79.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 330.95 g; W tym cukry: 58.43 g; Błonnik pok.: 20.40 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 2279.90 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz: 83.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 311.71 g; W tym cukry: 37.86 g; Błonnik pok.: 35.79 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2122.22 kcal; Białko ogółem: 74.93 g; Tłuszcz: 65.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 320.99 g; W tym cukry: 37.79 g; Błonnik pok.: 37.62 g; Sól: 6.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-03 do dnia 2024-10-12 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								
2024-10-11 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							
		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 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		Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 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							
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka 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		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		Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml							
		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt 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: 2815.70 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 93.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 402.53 g; W tym cukry: 107.21 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sól: 6.50 g;		Wartość energetyczna: 2621.46 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 82.19 g; Kw. tł. nasy.: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 386.80 g; W tym cukry: 107.17 g; Błonnik pok.: 19.73 g; Sól: 6.31 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: 2118.17 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 78.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.74 g; Węglowodany ogółem: 263.83 g; W tym cukry: 14.50 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 8.36 g;		Wartość energetyczna: 2079.97 kcal; Białko ogółem: 91.92 g; Tłuszcz: 78.30 g; Kw. tł. nasy.: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 263.83 g; W tym cukry: 14.50 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 8.25 g;	
		Obiad		Kolacja		PN									

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-03 do dnia 2024-10-12 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	
2024-10-12 sobota	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>) 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		Płatki pszenne 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		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>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka 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>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone () 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>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone () 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>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Potrawka drobiowa 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Leczo z cukini z kielbasą 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	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>) Jabłko 1 szt 1 szt		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) 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>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 15 g	
		Wartość energetyczna: 2613.85 kcal; Białko ogółem: 87.05 g; Tłuszcz: 104.28 g; Kw. tł. nasy.: 39.57 g; Węglowodany ogółem: 344.05 g; W tym cukry: 88.26 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sól: 9.47 g;		Wartość energetyczna: 2225.78 kcal; Białko ogółem: 86.89 g; Tłuszcz: 66.00 g; Kw. tł. nasy.: 31.62 g; Węglowodany ogółem: 330.46 g; W tym cukry: 82.50 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 8.22 g;		Wartość energetyczna: 2065.63 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz: 57.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.41 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 7.71 g;		Wartość energetyczna: 1997.91 kcal; Białko ogółem: 77.23 g; Tłuszcz: 69.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 277.00 g; W tym cukry: 24.69 g; Błonnik pok.: 26.17 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,
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,