

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-22 do dnia 2024-12-01 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				
2024-11-22 piątek	Śniadanie	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 Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty 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 (bez mleka)*() 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>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	
		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>) 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>) Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)		Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Sałata zielona 5 g							
PN	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 2024-11-22 do dnia 2024-12-01 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		
2024-11-23 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb 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	Płatki 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	Płatki 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	Płatki 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 Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Buraczki oprószane () 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 oprószane () 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 oprószane () 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	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	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 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 mieszany 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 mieszany 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 mieszany 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 mieszany 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	Pomarańcza 150 g 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.)	Pomarańcza 150 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Pomarańcza 150 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Pomarańcza 150 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Pomarańcza 150 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2305.83 kcal; Białko ogółem: 87.28 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 342.69 g; W tym cukry: 78.25 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 8.43 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: 1990.51 kcal; Białko ogółem: 73.84 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 292.99 g; W tym cukry: 39.01 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 1990.51 kcal; Białko ogółem: 73.84 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 292.99 g; W tym cukry: 39.01 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 1990.51 kcal; Białko ogółem: 73.84 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 292.99 g; W tym cukry: 39.01 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 1990.51 kcal; Białko ogółem: 73.84 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 292.99 g; W tym cukry: 39.01 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 8.57 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-22 do dnia 2024-12-01 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	
2024-11-24 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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 (GLUPSZ, 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 JĘCZ.) 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 JĘCZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z bułką tartą i 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 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 * 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 (kiel 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		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.) 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: 2877.41 kcal; Białko ogółem: 101.10 g; Tłuszcz: 114.27 g; Kw. tł. nasy.: 45.33 g; Węglowodany ogółem: 369.87 g; W tym cukry: 69.57 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sól: 11.14 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: 1977.53 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 60.19 g; Kw. tł. nasy.: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 274.21 g; W tym cukry: 16.82 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.22 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-22 do dnia 2024-12-01 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			
2024-11-25 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>) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych 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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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		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 wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Obiad	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>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z 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 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		Dyniowa z ziemniakami*(*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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		Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 60g (<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		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>) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
PN	Wartość energetyczna: 2801.67 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tł. nasy.: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 412.18 g; W tym cukry: 104.27 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sól: 7.50 g;		Wartość energetyczna: 2515.46 kcal; Białko ogółem: 77.46 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 396.17 g; W tym cukry: 77.02 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 5.85 g;		Wartość energetyczna: 2420.73 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 73.37 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 348.98 g; W tym cukry: 69.50 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 6.85 g;		Wartość energetyczna: 2118.90 kcal; Białko ogółem: 77.09 g; Tłuszcz: 52.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 343.77 g; W tym cukry: 78.47 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sól: 6.36 g;			
	Wartość energetyczna: 2581.39 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 366.95 g; W tym cukry: 66.54 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 8.43 g;		Wartość energetyczna: 2515.46 kcal; Białko ogółem: 77.46 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 396.17 g; W tym cukry: 77.02 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 5.85 g;		Wartość energetyczna: 2420.73 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 73.37 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 348.98 g; W tym cukry: 69.50 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 6.85 g;		Wartość energetyczna: 2118.90 kcal; Białko ogółem: 77.09 g; Tłuszcz: 52.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 343.77 g; W tym cukry: 78.47 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sól: 6.36 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-22 do dnia 2024-12-01 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	Zacierka na mleku 350 ml (GLU PSZ, JAJ, 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka na mleku 350 ml (GLU PSZ, JAJ, 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka na mleku 350 ml (GLU PSZ, JAJ, 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 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	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) 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.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) 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.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) 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.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
Obiad	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (GLU JEJCZ.) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (GLU JEJCZ.) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (GLU JEJCZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (GLU JEJCZ.) Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grycikowa* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (GLU JEJCZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (GLU JEJCZ.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (GLU JEJCZ.) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 60 g (MLE.) 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.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) 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.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 25 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.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 60 g (MLE.) 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.) Ser żółty 60 g (MLE.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 60 g (MLE.) 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.) Ser żółty 60 g (MLE.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt				Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	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: 2334.40 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 88.29 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 290.83 g; W tym cukry: 36.83 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2311.50 kcal; Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz: 87.75 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 312.46 g; W tym cukry: 41.72 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 7.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-22 do dnia 2024-12-01 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>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<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 Cukier 5g (saszetka) 2 szt				Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka 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 (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z makaronem *() 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem* 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 (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z makaronem (bez mleka)*() 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem* 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 (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ogórek 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>) 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>) 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			
PN	Pomarańcza 150 g Andruły 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Banan 1szt. 1 szt Andruły 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Andruły 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>) Sałata zielona 5 g			
	Wartość energetyczna: 2404.93 kcal; Białko ogółem: 85.20 g; Tłuszcz: 81.35 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 343.52 g; W tym cukry: 70.14 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2243.28 kcal; Białko ogółem: 67.35 g; Tłuszcz: 69.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 345.55 g; W tym cukry: 94.77 g; Błonnik pok.: 16.50 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2536.06 kcal; Białko ogółem: 86.38 g; Tłuszcz: 72.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 396.61 g; W tym cukry: 101.50 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2391.14 kcal; Białko ogółem: 69.94 g; Tłuszcz: 61.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 402.66 g; W tym cukry: 137.29 g; Błonnik pok.: 20.97 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2253.36 kcal; Białko ogółem: 75.46 g; Tłuszcz: 65.84 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 351.56 g; W tym cukry: 62.30 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-22 do dnia 2024-12-01 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II
Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) 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</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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	
Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sałatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami vegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU 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</p>	<p>Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami vegetariańskie* 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</p>	<p>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</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami vegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>
Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz., parz w osłonce niejadalnej) 140 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 25 g Musztarda 15 g (<u>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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>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</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
PN	<p>Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>					<p>Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt</p>	
	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2506.22 kcal; Białko ogółem: 94.29 g; Tłuszcz: 92.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 335.42 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 6.34 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2404.89 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 86.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 339.50 g; W tym cukry: 66.05 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 6.30 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 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;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-22 do dnia 2024-12-01 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						
2024-11-29 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 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 * 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 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			
		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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - 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>) 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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
		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				
		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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-22 do dnia 2024-12-01 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	
2024-11-30 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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 wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Wielowarzywna 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		Wielowarzywna 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		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		Wielowarzywna 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	
	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.) Paszтет z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) 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.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) 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.) Paszтет z soczewicy () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Mandarynka 2 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Jabiko 1 szt 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Jabiko pieczone 1szt. 1 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 20 g (SOJ.) Pomidor 15 g	
		Wartość energetyczna: 2639.70 kcal; Białko ogółem: 86.67 g; Tłuszcz: 93.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.79 g; Węglowodany ogółem: 378.53 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 32.80 g; Sól: 11.12 g;		Wartość energetyczna: 2392.88 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 355.14 g; W tym cukry: 80.27 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 8.05 g;		Wartość energetyczna: 2292.88 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;		Wartość energetyczna: 2308.61 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 84.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 311.20 g; W tym cukry: 21.85 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sól: 9.06 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-22 do dnia 2024-12-01 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
2024-12-01 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,) Sałata zielona 25 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,) Sałata 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,) Sałata zielona 25 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 brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,)		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,)		Jogurt brzoskwinowy 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,) Papryka świeża 15 g	
		Wartość energetyczna: 3051.74 kcal; Białko ogółem: 150.61 g; Tłuszcz: 124.79 g; Kw. tł. nasy.: 55.89 g; Węglowodany ogółem: 342.56 g; W tym cukry: 108.08 g; Błonnik pok.: 20.74 g; Sól: 9.00 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: 2649.98 kcal; Białko ogółem: 144.53 g; Tłuszcz: 116.68 g; Kw. tł. nasy.: 53.17 g; Węglowodany ogółem: 268.39 g; W tym cukry: 14.88 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 9.38 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,