

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-02 do dnia 2024-12-11 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				
2024-12-02 poniedziałek	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>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wleprzonych 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	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 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	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 kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</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>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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	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	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	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	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	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	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
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g 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>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g 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>) Twarożek 80 g (<u>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 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 Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
	PN	Banan 1szt. 1 szt Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 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>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g					
		Wartość energetyczna: 2717.69 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz: 89.75 g; Kw. tł. nasy.: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 398.01 g; W tym cukry: 103.44 g; Błonnik pok.: 36.46 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2723.75 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 83.71 g; Kw. tł. nasy.: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 404.30 g; W tym cukry: 103.78 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2637.43 kcal; Białko ogółem: 99.90 g; Tłuszcz: 71.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 405.94 g; W tym cukry: 104.66 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2571.49 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 390.93 g; W tym cukry: 108.00 g; Błonnik pok.: 30.50 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2090.17 kcal; Białko ogółem: 69.92 g; Tłuszcz: 57.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 341.66 g; W tym cukry: 91.32 g; Błonnik pok.: 14.30 g; Sól: 5.88 g;	Wartość energetyczna: 2184.93 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 292.29 g; W tym cukry: 17.81 g; Błonnik pok.: 36.58 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2127.94 kcal; Białko ogółem: 76.05 g; Tłuszcz: 69.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 315.37 g; W tym cukry: 51.76 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 8.81 g;				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-02 do dnia 2024-12-11 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				
2024-12-03 wtorek	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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej (*) 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 kiszonej (*) 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 JĘCZ,</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	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kopytka ziemniaczane * 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) 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 JĘCZ,</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 kiszonej (*) 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 kiszonej (*) 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>) Bułka 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	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>) 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 pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)			Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)				
		Wartość energetyczna: 2704.39 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 92.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 379.18 g; W tym cukry: 107.73 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2773.45 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 88.78 g; Kw. tł. nasy.: 39.58 g; Węglowodany ogółem: 417.09 g; W tym cukry: 106.82 g; Błonnik pok.: 22.69 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2426.18 kcal; Białko ogółem: 96.15 g; Tłuszcz: 79.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 342.17 g; W tym cukry: 75.47 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2502.78 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz: 74.65 g; Kw. tł. nasy.: 38.04 g; Węglowodany ogółem: 379.19 g; W tym cukry: 74.76 g; Błonnik pok.: 19.00 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2280.37 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 328.46 g; W tym cukry: 62.06 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2184.75 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 76.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 293.44 g; W tym cukry: 34.63 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2096.40 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz: 68.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 305.88 g; W tym cukry: 39.37 g; Błonnik pok.: 31.12 g; Sól: 8.12 g;				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-02 do dnia 2024-12-11 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
2024-12-04 środa	Śniadanie	Ryż 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>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt				Ryż 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>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<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>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Grysikowa 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	Grysikowa 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	Grysikowa 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>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grysikowa 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>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grysikowa 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>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grysikowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g 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
	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>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. parz w ostonce niejadalnej) 140 g (<u>SOJ</u>) Musztarda 15 g (<u>GOR</u>) Sałatka 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>) Sałatka 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>) Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	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 Sałata zielona 10 g	
		Wartość energetyczna: 3078.15 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 123.03 g; Kw. tł. nasy.: 46.70 g; Węglowodany ogółem: 401.06 g; W tym cukry: 92.37 g; Błonnik pok.: 23.80 g; Sól: 10.58 g;	Wartość energetyczna: 2989.10 kcal; Białko ogółem: 92.81 g; Tłuszcz: 119.20 g; Kw. tł. nasy.: 52.34 g; Węglowodany ogółem: 393.54 g; W tym cukry: 91.67 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 2739.27 kcal; Białko ogółem: 101.60 g; Tłuszcz: 82.99 g; Kw. tł. nasy.: 38.68 g; Węglowodany ogółem: 402.19 g; W tym cukry: 93.09 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2700.70 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 84.12 g; Kw. tł. nasy.: 39.57 g; Węglowodany ogółem: 402.79 g; W tym cukry: 93.09 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 7.78 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: 2000.38 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 63.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 285.26 g; W tym cukry: 12.69 g; Błonnik pok.: 24.72 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 1991.73 kcal; Białko ogółem: 72.60 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 285.88 g; W tym cukry: 12.71 g; Błonnik pok.: 24.72 g; Sól: 8.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-02 do dnia 2024-12-11 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		
2024-12-05 czwartek	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.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 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.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) 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.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) 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.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Śniadanie	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.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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.) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Spaghetti vegetariańskie z soczewicą 300 g (GLU PSZ.) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron (pełnoziarnisty) vegetariański z soczewicą 300 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 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 fasoli* 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) 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 fasoli* 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kolacja	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Paszтет z fasoli* 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Paszтет z fasoli* 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Banan 1szt. 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabiko pieczone 1szt. 1 szt	Pomarańcza 150 g Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)	PN	Pomarańcza 150 g Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)		
		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: 2263.40 kcal; Białko ogółem: 82.60 g; Tłuszcz: 83.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 307.06 g; W tym cukry: 36.06 g; Błonnik pok.: 35.49 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2105.72 kcal; Białko ogółem: 75.38 g; Tłuszcz: 65.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 316.34 g; W tym cukry: 35.99 g; Błonnik pok.: 37.32 g; Sól: 6.68 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-02 do dnia 2024-12-11 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				
2024-12-06	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>) Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt				Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Rogal maślany 50g. 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryżowa (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml						
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)				Mus z jabłek prażonych 100 g Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g					
	Wartość energetyczna: 2830.70 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 93.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 406.78 g; W tym cukry: 111.06 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2636.46 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 81.99 g; Kw. tł. nasy.: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 391.05 g; W tym cukry: 111.02 g; Błonnik pok.: 20.53 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2680.73 kcal; Białko ogółem: 107.96 g; Tłuszcz: 78.54 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 400.79 g; W tym cukry: 115.00 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2642.53 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 77.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 400.79 g; W tym cukry: 115.00 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 4.28 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;					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-02 do dnia 2024-12-11 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
2024-12-07 sobota	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, 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 szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Platki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, 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 szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL,) 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	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL,) 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	
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JĘCZ,) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ,) Sałatka 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 (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JĘCZ,) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ,) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JĘCZ,) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ,) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Dyniowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JĘCZ,) Potrawka drobiowa 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,) Leczo z cukini z kielbasą 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, 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,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR,) 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,) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR,) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 20 g (MLE,) Rzodkiew biała 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: 1996.54 kcal; Białko ogółem: 77.24 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 276.88 g; W tym cukry: 24.30 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 8.79 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-02 do dnia 2024-12-11 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		
2024-12-08 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kapusta zasmażana () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Kapusta zasmażana () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) 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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Pomarańcza 150 g Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 150 g			
		Wartość energetyczna: 2584.19 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 92.32 g; Kw. tł. nasy.: 44.24 g; Węglowodany ogółem: 349.30 g; W tym cukry: 75.13 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2467.96 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 356.86 g; W tym cukry: 96.05 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2203.63 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 61.54 g; Kw. tł. nasy.: 30.60 g; Węglowodany ogółem: 323.75 g; W tym cukry: 70.17 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2150.25 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 40.51 g; Węglowodany ogółem: 285.34 g; W tym cukry: 32.68 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 7.66 g;				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-02 do dnia 2024-12-11 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		
2024-12-09, poniedziałek	Śniadanie	Platki 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.) 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	Platki 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.) 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	Platki 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.) 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	Platki 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Naleśniki z twarogiem i śmietaną 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryżowa (bez mleka)* 350 ml (SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 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.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL.) Salata 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Salata 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Salata 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL.) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 15 g		
	Wartość energetyczna: 2435.99 kcal; Białko ogółem: 78.86 g; Tłuszcz: 100.24 g; Kw. tł. nasy.: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 312.10 g; W tym cukry: 93.45 g; Błonnik pok.: 18.22 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2288.84 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 84.00 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 300.83 g; W tym cukry: 68.04 g; Błonnik pok.: 18.80 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2078.89 kcal; Białko ogółem: 83.00 g; Tłuszcz: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 306.49 g; W tym cukry: 75.88 g; Błonnik pok.: 17.40 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2135.56 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 300.18 g; W tym cukry: 67.25 g; Błonnik pok.: 17.13 g; Sól: 9.56 g;	Wartość energetyczna: 1932.31 kcal; Białko ogółem: 74.43 g; Tłuszcz: 53.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 294.92 g; W tym cukry: 60.34 g; Błonnik pok.: 14.92 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2089.55 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 84.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 253.28 g; W tym cukry: 21.06 g; Błonnik pok.: 28.53 g; Sól: 9.60 g;	Wartość energetyczna: 2062.49 kcal; Białko ogółem: 78.10 g; Tłuszcz: 81.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 262.12 g; W tym cukry: 27.55 g; Błonnik pok.: 28.53 g; Sól: 9.32 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-02 do dnia 2024-12-11 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	
2024-12-10 wtorek	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>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wleprzowych 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		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>) Banan 1szt. 1 szt 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>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)	Jarzynowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie - dieta* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka 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	
PN			Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt			Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2499.27 kcal; Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 86.12 g; Kw. tł. nasy.: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 341.32 g; W tym cukry: 65.92 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sól: 9.65 g;	Wartość energetyczna: 2272.15 kcal; Białko ogółem: 73.28 g; Tłuszcz: 74.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 337.47 g; W tym cukry: 76.21 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2708.24 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz: 86.82 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 393.19 g; W tym cukry: 111.30 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 2462.44 kcal; Białko ogółem: 71.45 g; Tłuszcz: 74.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.43 g; Węglowodany ogółem: 385.25 g; W tym cukry: 120.76 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2350.32 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 331.82 g; W tym cukry: 58.63 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2076.44 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 76.61 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 269.38 g; W tym cukry: 23.10 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 9.48 g;	Wartość energetyczna: 1849.32 kcal; Białko ogółem: 62.68 g; Tłuszcz: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 265.52 g; W tym cukry: 33.39 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 9.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-02 do dnia 2024-12-11 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
2024-12-11 środa	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>			
	Obiad	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwikła z chrzanem () 150 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*() 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Cwikła z chrzanem () 150 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Pierogi ukraińskie - chl. 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Cwikła z chrzanem () 150 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	
	Kolacja	<p>Chleb mieszaný 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.) Pasta z fasoli 90 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Chleb mieszaný 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.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) 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.) Pasta z fasoli 90 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>			
	PN	<p>Mandarynka 2 szt Andruły 1 szt (GLU PSZ.)</p>	<p>Banan 1szt. 1 szt Andruły 1 szt (GLU PSZ.)</p>	<p>Mus z jabłek prażonych 100 g Andruły 1 szt (GLU PSZ.)</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyunka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE.) Rzodkiew biała 15 g</p>			
		<p>Wartość energetyczna: 2771.29 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 83.65 g; Kw. tł. nasy.: 43.21 g; Węglowodany ogółem: 419.04 g; W tym cukry: 97.76 g; Błonnik pok.: 38.07 g; Sól: 8.17 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3048.60 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 88.35 g; Kw. tł. nasy.: 43.68 g; Węglowodany ogółem: 462.02 g; W tym cukry: 123.57 g; Błonnik pok.: 37.30 g; Sól: 6.51 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2558.83 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 403.55 g; W tym cukry: 112.46 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 9.09 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2832.22 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.13 g; Węglowodany ogółem: 445.81 g; W tym cukry: 141.83 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 7.48 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2197.23 kcal; Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 352.84 g; W tym cukry: 77.16 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 8.38 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2317.87 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 75.94 g; Kw. tł. nasy.: 40.36 g; Węglowodany ogółem: 337.66 g; W tym cukry: 28.99 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sól: 8.55 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2420.19 kcal; Białko ogółem: 84.15 g; Tłuszcz: 91.68 g; Kw. tł. nasy.: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 333.96 g; W tym cukry: 30.75 g; Błonnik pok.: 34.86 g; Sól: 7.43 g;</p>

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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