

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-02 do dnia 2025-03-11 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II			
2025-03-02 niedziela	Śniadanie	Kasza manna 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,) 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 manna 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	Kasza manna 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	Kasza manna 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,) 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 makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Surówka z kapusty białej 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,) Ser żółty 60 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,) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
				PN	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE,)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt		
Wartość energetyczna: 2586.92 kcal; Białko ogółem: 99.98 g; Tłuszcz: 92.57 g; Kw. tł. nasy.: 44.28 g; Węglowodany ogółem: 350.88 g; W tym cukry: 79.97 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sól: 7.64 g; WW: 32.58 Por;	Wartość energetyczna: 2339.33 kcal; Białko ogółem: 107.64 g; Tłuszcz: 68.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.56 g; Węglowodany ogółem: 334.74 g; W tym cukry: 78.62 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sól: 7.14 g; WW: 31.01 Por;				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; WW: 30.00 Por;	Wartość energetyczna: 2143.49 kcal; Białko ogółem: 101.07 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 40.55 g; Węglowodany ogółem: 284.56 g; W tym cukry: 34.90 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 7.66 g; WW: 25.86 Por;				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-02 do dnia 2025-03-11 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
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 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	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 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.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
Obiad	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, SOJ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	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	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	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, SOJ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	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	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, SOJ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	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
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.) Paszтет z fasoli () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) 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.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) 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.) 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.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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.) Paszтет z fasoli () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) 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.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) Sałata zielona 25 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.) Paszтет z fasoli () 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 15 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 15 g
	Wartość energetyczna: 2463.88 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 72.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 379.04 g; W tym cukry: 71.50 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 7.92 g; WW: 34.70 Por;	Wartość energetyczna: 2317.67 kcal; Białko ogółem: 86.52 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 356.43 g; W tym cukry: 65.96 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sól: 8.35 g; WW: 33.27 Por;	Wartość energetyczna: 2163.97 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 58.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 340.93 g; W tym cukry: 51.21 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 7.37 g; WW: 31.87 Por;	Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz: 69.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 323.89 g; W tym cukry: 29.37 g; Błonnik pok.: 33.44 g; Sól: 8.42 g; WW: 29.02 Por;	Wartość energetyczna: 2741.19 kcal; Białko ogółem: 94.22 g; Tłuszcz: 77.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 422.02 g; W tym cukry: 97.30 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sól: 6.25 g; WW: 39.03 Por;	Wartość energetyczna: 2591.06 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz: 69.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 398.69 g; W tym cukry: 95.32 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 6.74 g; WW: 37.47 Por;	Wartość energetyczna: 2285.61 kcal; Białko ogółem: 74.47 g; Tłuszcz: 84.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.73 g; Węglowodany ogółem: 320.19 g; W tym cukry: 31.14 g; Błonnik pok.: 30.95 g; Sól: 7.30 g; WW: 28.75 Por;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-02 do dnia 2025-03-11 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
2025-03-04 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 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	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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	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>) 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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 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	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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) 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	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 (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>) 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>) 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 jęczmiennie z warzywami vegetariańskie* 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
PN	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>) Twarożek z koperkiem 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa 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>) Twarożek z koperkiem 80 g Sałata zielona 25 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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2350.41 kcal; Białko ogółem: 101.30 g; Tłuszcz: 82.97 g; Kw. tł. nasy.: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 307.73 g; W tym cukry: 52.76 g; Błonnik pok.: 18.19 g; Sól: 9.77 g; WW: 29.03 Por;	Wartość energetyczna: 2354.67 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 80.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 313.40 g; W tym cukry: 61.57 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sól: 8.25 g; WW: 29.29 Por;	Wartość energetyczna: 2162.17 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 295.08 g; W tym cukry: 44.40 g; Błonnik pok.: 18.59 g; Sól: 8.77 g; WW: 27.61 Por;	Wartość energetyczna: 2164.49 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 76.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 282.11 g; W tym cukry: 25.78 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 8.14 g; WW: 26.00 Por;	Wartość energetyczna: 2048.29 kcal; Białko ogółem: 71.11 g; Tłuszcz: 68.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 296.83 g; W tym cukry: 56.90 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sól: 9.15 g; WW: 27.65 Por;	Wartość energetyczna: 2052.55 kcal; Białko ogółem: 70.35 g; Tłuszcz: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 302.50 g; W tym cukry: 65.71 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 7.63 g; WW: 27.92 Por;	Wartość energetyczna: 1862.37 kcal; Białko ogółem: 66.26 g; Tłuszcz: 61.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 271.20 g; W tym cukry: 29.91 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.52 g; WW: 24.62 Por;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-02 do dnia 2025-03-11 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II	
2025-03-05 środa	Śniadanie	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.) Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 2 szt	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.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 2 szt	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.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	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.) Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 2 szt	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.) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka w połączonej 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	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.) Papryka świeża 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.) 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	Ryżowa (bez mleka)* 350 ml (SEL.) Makaron pełnoziarnisty 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 200 g (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g 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.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g 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.) 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 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.) Sałatka z makaronu i makreli - dieta () 80 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	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.) Pasta z twarogu 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.) Pasta z twarogu 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.) Sałatka z makaronu i makreli - dieta () 80 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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.) Sałatka z makaronu i makreli - dieta () 80 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	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.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 25 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.) Sałatka z makaronu i makreli - dieta () 80 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Banan 1szt. 1 szt Andruty 1 szt (GLU PSZ.)	Mus z jabłek prażonych 100 g Andruty 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 15 g	Banan 1szt. 1 szt Andruty 1 szt (GLU PSZ.)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 20 g (MLE.) Pomidor 15 g	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 20 g (MLE.) Pomidor 15 g	
	Wartość energetyczna: 2847.20 kcal; Białko ogółem: 91.35 g; Tłuszcz: 104.70 g; Kw. tł. nasy.: 52.04 g; Węglowodany ogółem: 396.50 g; W tym cukry: 143.61 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 5.78 g; WW: 37.75 Por;	Wartość energetyczna: 2471.88 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tł. nasy.: 35.38 g; Węglowodany ogółem: 378.04 g; W tym cukry: 126.45 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sól: 4.17 g; WW: 35.95 Por;	Wartość energetyczna: 2117.40 kcal; Białko ogółem: 80.70 g; Tłuszcz: 56.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 331.25 g; W tym cukry: 90.36 g; Błonnik pok.: 15.32 g; Sól: 3.46 g; WW: 31.59 Por;	Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 83.58 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 267.28 g; W tym cukry: 23.35 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 7.60 g; WW: 23.84 Por;	Wartość energetyczna: 2733.48 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 45.67 g; Węglowodany ogółem: 388.06 g; W tym cukry: 114.90 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sól: 6.62 g; WW: 36.42 Por;	Wartość energetyczna: 2544.64 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 372.36 g; W tym cukry: 114.52 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 6.94 g; WW: 35.03 Por;	Wartość energetyczna: 2103.16 kcal; Białko ogółem: 80.72 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kw. tł. nasy.: 43.16 g; Węglowodany ogółem: 276.72 g; W tym cukry: 29.84 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 6.91 g; WW: 24.79 Por;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-02 do dnia 2025-03-11 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
Śniadanie	Zacierka 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.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka 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.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka 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.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka 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.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka 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.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki gotowane () 250 g Gołąbki z ryżem i wiewrzowiną 200 g (JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ziemniaczana * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ziemniaczana *(bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Gołąbki z ryżem i wiewrzowiną 200 g (JAJ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Maślanka 150 ml (MLE.)	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Pulpet ryżowy z włoszczyzną* 200 g (JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Maślanka 150 ml (MLE.)	Ziemniaczana * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet ryżowy z włoszczyzną* 200 g (JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 250 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Maślanka 150 ml (MLE.)
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 wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) 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 wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) 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 wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) 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 wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) 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 wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2645.05 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 83.58 g; Kw. tł. nasy.: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 386.39 g; W tym cukry: 63.89 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 7.26 g; WW: 36.03 Por;	Wartość energetyczna: 2448.98 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 83.41 g; Kw. tł. nasy.: 35.55 g; Węglowodany ogółem: 336.64 g; W tym cukry: 59.28 g; Błonnik pok.: 20.77 g; Sól: 5.96 g; WW: 31.65 Por;	Wartość energetyczna: 2048.63 kcal; Białko ogółem: 82.10 g; Tłuszcz: 60.60 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; W tym cukry: 45.67 g; Błonnik pok.: 16.75 g; Sól: 5.37 g; WW: 28.33 Por;	Wartość energetyczna: 2373.07 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 77.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 346.07 g; W tym cukry: 40.82 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 7.31 g; WW: 31.50 Por;	Wartość energetyczna: 2431.20 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz: 71.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 366.11 g; W tym cukry: 64.27 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sól: 7.32 g; WW: 34.73 Por;	Wartość energetyczna: 2770.38 kcal; Białko ogółem: 95.90 g; Tłuszcz: 72.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 444.12 g; W tym cukry: 64.85 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 7.67 g; WW: 42.10 Por;	Wartość energetyczna: 2474.59 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 400.11 g; W tym cukry: 42.29 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 8.04 g; WW: 37.08 Por;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-02 do dnia 2025-03-11 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II			
2025-03-07 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
		Obiad	Koperkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
				Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 15 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 15 g	
				PN	Wartość energetyczna: 2625.03 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz: 77.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 383.55 g; W tym cukry: 118.67 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 4.90 g; WW: 35.96 Por;	Wartość energetyczna: 2597.23 kcal; Białko ogółem: 108.80 g; Tłuszcz: 76.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.69 g; Węglowodany ogółem: 376.09 g; W tym cukry: 110.10 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 4.67 g; WW: 35.49 Por;	Wartość energetyczna: 2296.47 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 62.78 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 345.97 g; W tym cukry: 84.52 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sól: 4.71 g; WW: 32.63 Por;	Wartość energetyczna: 2279.43 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 83.11 g; Kw. tł. nasy.: 42.69 g; Węglowodany ogółem: 297.24 g; W tym cukry: 36.85 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 7.80 g; WW: 26.73 Por;	Wartość energetyczna: 2548.26 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 383.55 g; W tym cukry: 118.67 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 4.67 g; WW: 35.96 Por;	Wartość energetyczna: 2520.46 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.74 g; Węglowodany ogółem: 376.09 g; W tym cukry: 110.10 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 4.43 g; WW: 35.49 Por;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-02 do dnia 2025-03-11 KUCHNIA LUBLIN USD

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II	
2025-03-08 sobota	Śniadanie	Ryż 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) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryż 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) 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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (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) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 250 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 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	Selerowa z ziemniakami * () 350 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy- dieta 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	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 350 ml (SEL) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy- dieta 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	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (GLU JECZ) 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) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g (SOJ) Sałata zielona 25 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) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g 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) 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 (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				
	PN	Banan 1szt. 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)		Mus z jablek prażonych 100 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabko 1 szt 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2977.79 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; Tłuszcz: 108.81 g; Kw. tł. nasy.: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 399.14 g; W tym cukry: 101.10 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 11.55 g; WW: 37.06 Por;	Wartość energetyczna: 2612.18 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 84.20 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 369.89 g; W tym cukry: 102.20 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 7.61 g; WW: 34.37 Por;	Wartość energetyczna: 2351.48 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 76.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 330.40 g; W tym cukry: 74.85 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 6.72 g; WW: 30.77 Por;	Wartość energetyczna: 2321.18 kcal; Białko ogółem: 104.21 g; Tłuszcz: 81.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 307.27 g; W tym cukry: 32.74 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 9.21 g; WW: 27.65 Por;					

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-02 do dnia 2025-03-11 KUCHNIA LUBLIN USD

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II	
2025-03-09 niedziela	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 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 Coleslaw () 150 g (JAJ, MLE, GOR.) 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 Brokuł gotowany* 150 g 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 Marchew oprószana z olejem 150 g (GLU PSZ.) 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 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.) 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.) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 60 g (SOJ.) Pomidor 60 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.) Miód (25g) 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Miód (25g) 1 szt Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Salata zielona 5 g Ser żółty 20 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)				
		Wartość energetyczna: 3142.64 kcal; Białko ogółem: 151.05 g; Tłuszcz: 128.46 g; Kw. tł. nasy.: 52.06 g; Węglowodany ogółem: 355.99 g; W tym cukry: 67.21 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 7.94 g; WW: 33.39 Por;	Wartość energetyczna: 3029.04 kcal; Białko ogółem: 152.84 g; Tłuszcz: 119.46 g; Kw. tł. nasy.: 51.31 g; Węglowodany ogółem: 346.78 g; W tym cukry: 58.39 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 7.69 g; WW: 32.50 Por;	Wartość energetyczna: 2936.91 kcal; Białko ogółem: 142.57 g; Tłuszcz: 117.85 g; Kw. tł. nasy.: 48.05 g; Węglowodany ogółem: 337.67 g; W tym cukry: 46.33 g; Błonnik pok.: 20.36 g; Sól: 6.64 g; WW: 31.76 Por;	Wartość energetyczna: 2574.17 kcal; Białko ogółem: 146.33 g; Tłuszcz: 108.72 g; Kw. tł. nasy.: 47.86 g; Węglowodany ogółem: 265.25 g; W tym cukry: 15.75 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 8.49 g; WW: 24.10 Por;				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-02 do dnia 2025-03-11 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgli zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgli zest. II		
2025-03-10 poniedziałek	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 wiewprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>) Papryka konserwowa 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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany 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>) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 wiewprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
		Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pierogi leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pierogi leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Szynka wiewprzowa gotowana 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet wiewprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet wiewprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
			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>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Familijna wiewprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Familijna wiewprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa 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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Familijna wiewprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 20 g		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 20 g		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2663.09 kcal; Białko ogółem: 93.30 g; Tłuszcz: 93.56 g; Kw. tł. nasy.: 52.63 g; Węglowodany ogółem: 374.23 g; W tym cukry: 81.94 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 9.80 g; WW: 34.75 Por;	Wartość energetyczna: 2292.99 kcal; Białko ogółem: 83.90 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 343.69 g; W tym cukry: 74.70 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 9.65 g; WW: 32.13 Por;	Wartość energetyczna: 2100.74 kcal; Białko ogółem: 72.37 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 324.75 g; W tym cukry: 62.48 g; Błonnik pok.: 18.60 g; Sól: 8.93 g; WW: 30.58 Por;	Wartość energetyczna: 2255.75 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 82.43 g; Kw. tł. nasy.: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 294.27 g; W tym cukry: 37.66 g; Błonnik pok.: 33.99 g; Sól: 8.19 g; WW: 25.97 Por;	Wartość energetyczna: 2627.12 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 93.34 g; Kw. tł. nasy.: 45.88 g; Węglowodany ogółem: 360.55 g; W tym cukry: 69.22 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 9.68 g; WW: 33.64 Por;	Wartość energetyczna: 2436.59 kcal; Białko ogółem: 88.95 g; Tłuszcz: 75.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.10 g; Węglowodany ogółem: 360.93 g; W tym cukry: 67.72 g; Błonnik pok.: 22.69 g; Sól: 9.97 g; WW: 33.86 Por;	Wartość energetyczna: 2146.56 kcal; Białko ogółem: 71.76 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 38.74 g; Węglowodany ogółem: 314.10 g; W tym cukry: 72.64 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 7.34 g; WW: 28.56 Por;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-02 do dnia 2025-03-11 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II	
2025-03-11 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Naleśniki z twarogiem i śmietaną 300 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
2025-03-11 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Leczo z cukinii z kiełbasą 350 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Chrzan 20 g (<u>MLE, SO2.</u>) Pomarańcza 150 g Herbata czarna ekspresowa 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>) Leczo z cukinii z kiełbasą 350 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Chrzan 20 g (<u>MLE, SO2.</u>) Pomarańcza 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		PN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podpiłomyki b/c 20 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podpiłomyki b/c 20 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt Andruty 1 szt (<u>GLU, PSZ.</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Pomidor 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2715.80 kcal; Białko ogółem: 94.80 g; Tłuszcz: 108.78 g; Kw. tł. nasy.: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 353.76 g; W tym cukry: 83.00 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 9.60 g; WW: 32.89 Por;	Wartość energetyczna: 2489.14 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 83.61 g; Kw. tł. nasy.: 36.73 g; Węglowodany ogółem: 341.85 g; W tym cukry: 81.09 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 7.93 g; WW: 32.00 Por;	Wartość energetyczna: 2254.31 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.67 g; Węglowodany ogółem: 325.05 g; W tym cukry: 66.29 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sól: 8.54 g; WW: 30.43 Por;	Wartość energetyczna: 2200.52 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 293.35 g; W tym cukry: 37.70 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sól: 8.37 g; WW: 26.38 Por;	Wartość energetyczna: 2747.52 kcal; Białko ogółem: 87.44 g; Tłuszcz: 115.41 g; Kw. tł. nasy.: 46.19 g; Węglowodany ogółem: 352.12 g; W tym cukry: 120.77 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sól: 7.72 g; WW: 33.29 Por;	Wartość energetyczna: 2454.51 kcal; Białko ogółem: 78.56 g; Tłuszcz: 73.44 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 384.12 g; W tym cukry: 103.41 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 7.95 g; WW: 35.59 Por;	Wartość energetyczna: 2091.15 kcal; Białko ogółem: 69.50 g; Tłuszcz: 74.27 g; Kw. tł. nasy.: 34.41 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; W tym cukry: 28.87 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 9.01 g; WW: 26.92 Por;	

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,