

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-10 do dnia 2025-06-19 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
2025-06-10 wtorek	Śniadanie	Zacierka 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Zacierka 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata zielona z koperkiem i olejem 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata zielona z koperkiem i olejem 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata zielona z koperkiem i olejem 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Sałata zielona z koperkiem i olejem 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grycikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sałata zielona z koperkiem i olejem 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata zielona z koperkiem i olejem 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) 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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)					Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
		Wartość energetyczna: 2417.45 kcal; Białko ogółem: 104.90 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 38.92 g; Węglowodany ogółem: 344.09 g; W tym cukry: 82.33 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2373.26 kcal; Białko ogółem: 79.03 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 361.04 g; W tym cukry: 87.12 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2407.65 kcal; Białko ogółem: 105.63 g; Tłuszcz: 76.47 g; Kw. tł. nasy.: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; W tym cukry: 80.29 g; Błonnik pok.: 20.78 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2405.06 kcal; Białko ogółem: 82.92 g; Tłuszcz: 78.15 g; Kw. tł. nasy.: 37.69 g; Węglowodany ogółem: 360.66 g; W tym cukry: 91.64 g; Błonnik pok.: 24.40 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 2152.39 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 58.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 324.88 g; W tym cukry: 78.14 g; Błonnik pok.: 19.75 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2208.38 kcal; Białko ogółem: 111.24 g; Tłuszcz: 80.77 g; Kw. tł. nasy.: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 272.61 g; W tym cukry: 28.22 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2185.48 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz: 80.23 g; Kw. tł. nasy.: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 294.24 g; W tym cukry: 33.11 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sól: 7.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-10 do dnia 2025-06-19 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	
2025-06-11 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u> , Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> ,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt								Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u> , Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> ,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, 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> , Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> ,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko 220 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z makaronem *() 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z makaronem *() 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko 220 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z makaronem (bez mleka) *() 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z makaronem *() 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z makaronem *() 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml					
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> ,) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</u> ,) Ogórek świeży 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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> ,) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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> ,) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 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> ,) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</u> ,) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml							
	PN	Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt								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: 2436.99 kcal; Białko ogółem: 86.88 g; Tłuszcz: 79.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 351.77 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sól: 7.32 g;		Wartość energetyczna: 2275.34 kcal; Białko ogółem: 69.03 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 353.80 g; W tym cukry: 104.62 g; Błonnik pok.: 13.88 g; Sól: 6.24 g;		Wartość energetyczna: 2411.13 kcal; Białko ogółem: 88.05 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 358.62 g; W tym cukry: 82.75 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 8.07 g;		Wartość energetyczna: 2266.21 kcal; Białko ogółem: 71.61 g; Tłuszcz: 61.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 364.67 g; W tym cukry: 118.54 g; Błonnik pok.: 15.88 g; Sól: 6.86 g;		Wartość energetyczna: 2247.43 kcal; Białko ogółem: 78.53 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 342.43 g; W tym cukry: 67.40 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sól: 7.08 g;		Wartość energetyczna: 2151.41 kcal; Białko ogółem: 81.76 g; Tłuszcz: 80.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 289.47 g; W tym cukry: 19.03 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 8.62 g;		Wartość energetyczna: 1993.28 kcal; Białko ogółem: 64.08 g; Tłuszcz: 70.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 287.19 g; W tym cukry: 44.19 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 7.55 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-10 do dnia 2025-06-19 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	
2025-06-12 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sałatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ziemniaczana *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt				Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2798.75 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; Tłuszcz: 106.73 g; Kw. tł. nasy.: 49.03 g; Węglowodany ogółem: 386.62 g; W tym cukry: 79.07 g; Błonnik pok.: 38.22 g; Sól: 12.42 g;	Wartość energetyczna: 2464.31 kcal; Białko ogółem: 79.71 g; Tłuszcz: 97.19 g; Kw. tł. nasy.: 44.80 g; Węglowodany ogółem: 340.32 g; W tym cukry: 80.12 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2488.94 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 94.86 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 337.94 g; W tym cukry: 78.40 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2387.62 kcal; Białko ogółem: 76.14 g; Tłuszcz: 88.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 342.02 g; W tym cukry: 79.22 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2117.06 kcal; Białko ogółem: 81.02 g; Tłuszcz: 72.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 302.39 g; W tym cukry: 60.80 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 2140.48 kcal; Białko ogółem: 81.00 g; Tłuszcz: 81.73 g; Kw. tł. nasy.: 31.62 g; Węglowodany ogółem: 292.66 g; W tym cukry: 41.55 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2039.15 kcal; Białko ogółem: 66.17 g; Tłuszcz: 75.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 296.75 g; W tym cukry: 42.37 g; Błonnik pok.: 32.98 g; Sól: 8.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-10 do dnia 2025-06-19 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	
2025-06-13 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt											
		Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt											
		Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml											
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g (<u>RYB.</u>) 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>) 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	PN	Sok owocowo-warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g						Wafle ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 300 ml		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2811.06 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 89.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.34 g; Węglowodany ogółem: 403.12 g; W tym cukry: 93.75 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 2616.81 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 387.39 g; W tym cukry: 93.71 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 2652.84 kcal; Białko ogółem: 106.83 g; Tłuszcz: 77.67 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 389.66 g; W tym cukry: 92.08 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2614.64 kcal; Białko ogółem: 99.06 g; Tłuszcz: 76.99 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 389.66 g; W tym cukry: 92.08 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 4.24 g;	Wartość energetyczna: 2344.87 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 365.03 g; W tym cukry: 71.20 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2184.41 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 81.85 g; Kw. tł. nasy.: 41.60 g; Węglowodany ogółem: 272.27 g; W tym cukry: 30.04 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2146.21 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kw. tł. nasy.: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 272.27 g; W tym cukry: 30.04 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 7.97 g;						

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-10 do dnia 2025-06-19 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
2025-06-14 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 15 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Bigos 350 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Koperkowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g	
		Wartość energetyczna: 2919.21 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 119.79 g; Kw. tł. nasy.: 44.38 g; Węglowodany ogółem: 376.55 g; W tym cukry: 76.11 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 13.37 g;		Wartość energetyczna: 2392.98 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.70 g; Węglowodany ogółem: 349.21 g; W tym cukry: 78.55 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 8.08 g;		Wartość energetyczna: 2235.63 kcal; Białko ogółem: 82.42 g; Tłuszcz: 70.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 328.23 g; W tym cukry: 58.31 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2315.45 kcal; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 85.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 314.33 g; W tym cukry: 19.68 g; Błonnik pok.: 32.28 g; Sól: 9.47 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-10 do dnia 2025-06-19 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
2025-06-15 niedziela	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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 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>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt		Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Leczo z cukini z kielbasą 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 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 wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 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>) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	P.N	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 3521.05 kcal; Białko ogółem: 152.35 g; Tłuszcz: 160.77 g; Kw. tł. nasy.: 62.71 g; Węglowodany ogółem: 377.49 g; W tym cukry: 128.00 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 8.57 g;		Wartość energetyczna: 2902.57 kcal; Białko ogółem: 143.98 g; Tłuszcz: 112.09 g; Kw. tł. nasy.: 45.27 g; Węglowodany ogółem: 338.81 g; W tym cukry: 96.04 g; Błonnik pok.: 21.09 g; Sól: 7.41 g;		Wartość energetyczna: 2763.74 kcal; Białko ogółem: 136.42 g; Tłuszcz: 106.33 g; Kw. tł. nasy.: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 324.11 g; W tym cukry: 81.71 g; Błonnik pok.: 19.16 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2690.84 kcal; Białko ogółem: 144.47 g; Tłuszcz: 121.38 g; Kw. tł. nasy.: 53.56 g; Węglowodany ogółem: 263.49 g; W tym cukry: 13.24 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 9.09 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-10 do dnia 2025-06-19 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		
2025-06-16 poniedziałek	Śniadanie	Płatki 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 wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g 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>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g 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>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g 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>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g 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 220 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		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: 2683.15 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 78.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 401.01 g; W tym cukry: 89.03 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2559.33 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 81.82 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 377.72 g; W tym cukry: 83.94 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2489.70 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; Tłuszcz: 69.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 380.85 g; W tym cukry: 87.88 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 2396.03 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz: 73.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 363.27 g; W tym cukry: 88.49 g; Błonnik pok.: 19.60 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2132.68 kcal; Białko ogółem: 63.17 g; Tłuszcz: 54.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 364.71 g; W tym cukry: 113.40 g; Błonnik pok.: 14.49 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2131.57 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 71.01 g; Kw. tł. nasy.: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 287.23 g; W tym cukry: 15.01 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2128.13 kcal; Białko ogółem: 71.34 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 316.76 g; W tym cukry: 54.66 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 6.45 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-10 do dnia 2025-06-19 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
2025-06-17 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>) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt		Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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>) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 220 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kopytka ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g 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>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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 białej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 220 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 220 g Gulasz warzywny z ciecierzą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szprot w sosie pomidorowym 80 g (<u>RYB, SEL.</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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)					Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2735.73 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 91.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.79 g; Węglowodany ogółem: 385.36 g; W tym cukry: 102.10 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 5.70 g;	Wartość energetyczna: 2659.14 kcal; Białko ogółem: 84.70 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kw. tł. nasy.: 37.27 g; Węglowodany ogółem: 400.76 g; W tym cukry: 101.89 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 2484.91 kcal; Białko ogółem: 95.76 g; Tłuszcz: 81.89 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 350.04 g; W tym cukry: 67.34 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2415.85 kcal; Białko ogółem: 82.90 g; Tłuszcz: 73.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 364.54 g; W tym cukry: 67.33 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2306.47 kcal; Białko ogółem: 84.87 g; Tłuszcz: 72.70 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; W tym cukry: 63.89 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 2191.76 kcal; Białko ogółem: 91.46 g; Tłuszcz: 79.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 289.32 g; W tym cukry: 29.14 g; Błonnik pok.: 28.53 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2103.41 kcal; Białko ogółem: 74.01 g; Tłuszcz: 71.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 301.76 g; W tym cukry: 33.88 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sól: 7.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-10 do dnia 2025-06-19 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	
2025-06-18 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. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g 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. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 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>) Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</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 sadzone kl M 2 szt (<u>JAJ, MLE</u>) Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</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 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 Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>) 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>) Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml					
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>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>) Filet zapiekany drobiowy 60 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>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, S02</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt					Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g						
		Wartość energetyczna: 2948.51 kcal; Białko ogółem: 99.92 g; Tłuszcz: 117.13 g; Kw. tł. nasy.: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 379.52 g; W tym cukry: 72.97 g; Błonnik pok.: 19.74 g; Sól: 9.24 g;	Wartość energetyczna: 2859.46 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 113.30 g; Kw. tł. nasy.: 51.85 g; Węglowodany ogółem: 372.00 g; W tym cukry: 72.27 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sól: 9.25 g;	Wartość energetyczna: 2689.42 kcal; Białko ogółem: 108.67 g; Tłuszcz: 81.59 g; Kw. tł. nasy.: 38.01 g; Węglowodany ogółem: 385.12 g; W tym cukry: 76.37 g; Błonnik pok.: 21.66 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2650.85 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 82.72 g; Kw. tł. nasy.: 38.90 g; Węglowodany ogółem: 385.72 g; W tym cukry: 76.37 g; Błonnik pok.: 21.66 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2438.99 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz: 71.00 g; Kw. tł. nasy.: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 360.22 g; W tym cukry: 54.50 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 1959.04 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 56.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 281.29 g; W tym cukry: 13.97 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 1950.39 kcal; Białko ogółem: 79.74 g; Tłuszcz: 61.02 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 281.91 g; W tym cukry: 13.99 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 6.78 g;					

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-10 do dnia 2025-06-19 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	
2025-06-19 czwartek	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>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02,</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>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02,</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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02,</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>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 300 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron (pełnoziarnisty) wegetariański z soczewicą 300 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</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>) Paszтет z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 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>) Paszтет z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
	PN	Truskawki 60 g 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: 2527.42 kcal; Białko ogółem: 79.03 g; Tłuszcz: 88.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 355.29 g; W tym cukry: 73.47 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 5.69 g;		Wartość energetyczna: 2377.08 kcal; Białko ogółem: 72.68 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 363.75 g; W tym cukry: 73.31 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sól: 5.56 g;		Wartość energetyczna: 2288.43 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 73.76 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 323.60 g; W tym cukry: 65.93 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sól: 6.43 g;		Wartość energetyczna: 2227.05 kcal; Białko ogółem: 75.94 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 345.41 g; W tym cukry: 101.48 g; Błonnik pok.: 17.06 g; Sól: 5.87 g;		Wartość energetyczna: 2295.01 kcal; Białko ogółem: 77.64 g; Tłuszcz: 70.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 335.85 g; W tym cukry: 64.59 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sól: 5.43 g;		Wartość energetyczna: 2289.81 kcal; Białko ogółem: 71.60 g; Tłuszcz: 83.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 313.03 g; W tym cukry: 40.62 g; Błonnik pok.: 36.51 g; Sól: 5.85 g;		Wartość energetyczna: 2132.13 kcal; Białko ogółem: 64.38 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 322.30 g; W tym cukry: 40.55 g; Błonnik pok.: 38.34 g; Sól: 5.69 g;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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