

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-20 do dnia 2025-06-29 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	
2025-06-20 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Rogal maślany 50g. 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt						Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Rogal maślany 50g. 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryżowa (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty młodej 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>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		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	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml						
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Biszkopity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)						Mus z jabłek prażonych 100 g Biszkopity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g			
		Wartość energetyczna: 2825.86 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 92.42 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 404.92 g; W tym cukry: 112.73 g; Błonnik pok.: 18.75 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 2631.62 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 81.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 389.19 g; W tym cukry: 112.69 g; Błonnik pok.: 17.67 g; Sól: 4.56 g;	Wartość energetyczna: 2655.73 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 77.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 394.21 g; W tym cukry: 112.96 g; Błonnik pok.: 17.12 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2617.53 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 77.10 g; Kw. tł. nasy.: 34.73 g; Węglowodany ogółem: 394.21 g; W tym cukry: 112.96 g; Błonnik pok.: 17.12 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2368.44 kcal; Białko ogółem: 91.06 g; Tłuszcz: 63.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 376.08 g; W tym cukry: 98.11 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sól: 4.43 g;	Wartość energetyczna: 2144.47 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 270.73 g; W tym cukry: 22.17 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2106.27 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 77.89 g; Kw. tł. nasy.: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 270.73 g; W tym cukry: 22.17 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 6.50 g;					

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-20 do dnia 2025-06-29 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
2025-06-21 sobota	Śniadanie Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad Dyniowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JECZ,) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ,) Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Dyniowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JECZ,) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ,) Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Dyniowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JECZ,) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ,) Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Dyniowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JECZ,) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) Leczo z kukini z kielbasą 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Salata 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 wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 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,) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 20 g (MLE,) Papryka świeża 15 g	
	Wartość energetyczna: 2601.30 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 96.71 g; Kw. tł. nasy.: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 359.47 g; W tym cukry: 113.52 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 9.74 g;		Wartość energetyczna: 2242.04 kcal; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz: 64.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 343.15 g; W tym cukry: 105.26 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 9.19 g;		Wartość energetyczna: 2097.29 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; Tłuszcz: 57.84 g; Kw. tł. nasy.: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 327.72 g; W tym cukry: 90.52 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 1963.66 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 67.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 276.59 g; W tym cukry: 24.86 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sól: 9.82 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-20 do dnia 2025-06-29 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
2025-06-22 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Kielbasa Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Kielbasa Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 250 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kapusta zasmażana () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salata zielona z jogurtem 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Schab gotowany 100 g Salata zielona z jogurtem 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>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>) 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>) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2805.71 kcal; Białko ogółem: 105.25 g; Tłuszcz: 100.21 g; Kw. tł. nasy.: 46.16 g; Węglowodany ogółem: 383.63 g; W tym cukry: 99.59 g; Błonnik pok.: 22.48 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2462.54 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 363.22 g; W tym cukry: 99.09 g; Błonnik pok.: 18.18 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2280.31 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw. tł. nasy.: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 324.05 g; W tym cukry: 70.33 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2214.42 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 78.97 g; Kw. tł. nasy.: 42.94 g; Węglowodany ogółem: 280.91 g; W tym cukry: 33.26 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 7.70 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-20 do dnia 2025-06-29 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
2025-06-23 poniedziałek	Śniadanie	Płatki 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 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 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		Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 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	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 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	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 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	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 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	Ryżowa (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<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	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</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 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>) 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 twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>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 twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>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 twarogu z natką pietruszki 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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 15 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						
		Wartość energetyczna: 2477.68 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 79.86 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 352.86 g; W tym cukry: 99.88 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2291.53 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 77.19 g; Kw. tł. nasy.: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 314.10 g; W tym cukry: 63.68 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 2141.60 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; W tym cukry: 75.06 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2280.75 kcal; Białko ogółem: 99.82 g; Tłuszcz: 73.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 315.07 g; W tym cukry: 66.58 g; Błonnik pok.: 21.01 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 1971.39 kcal; Białko ogółem: 79.18 g; Tłuszcz: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 293.73 g; W tym cukry: 52.83 g; Błonnik pok.: 17.73 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2042.94 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 71.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 264.02 g; W tym cukry: 23.41 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 1933.40 kcal; Białko ogółem: 86.53 g; Tłuszcz: 62.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 263.67 g; W tym cukry: 29.75 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 7.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-20 do dnia 2025-06-29 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	
2025-06-24 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>) Rzodkiewka 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</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 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		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>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Rzodkiewka 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 JECZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i 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 JECZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia 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 JECZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) 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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>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 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		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>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml							
	PN	Sok owocowo-warzywny 300 ml		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.</u>) Gruszka 1szt. 150 g									
	Wartość energetyczna: 2497.14 kcal; Białko ogółem: 102.45 g; Tłuszcz: 86.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 337.34 g; W tym cukry: 58.36 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 6.86 g;		Wartość energetyczna: 2195.02 kcal; Białko ogółem: 72.27 g; Tłuszcz: 72.19 g; Kw. tł. nasy.: 33.11 g; Węglowodany ogółem: 326.43 g; W tym cukry: 62.50 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sól: 6.25 g;		Wartość energetyczna: 2398.45 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 80.32 g; Kw. tł. nasy.: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 332.60 g; W tym cukry: 61.57 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sól: 6.05 g;		Wartość energetyczna: 2096.33 kcal; Białko ogółem: 69.67 g; Tłuszcz: 65.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 321.70 g; W tym cukry: 65.71 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 5.43 g;		Wartość energetyczna: 2225.10 kcal; Białko ogółem: 78.54 g; Tłuszcz: 72.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 315.79 g; W tym cukry: 44.08 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sól: 4.93 g;		Wartość energetyczna: 2319.81 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 86.36 g; Kw. tł. nasy.: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 299.44 g; W tym cukry: 31.05 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 7.29 g;		Wartość energetyczna: 2017.69 kcal; Białko ogółem: 65.90 g; Tłuszcz: 71.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.22 g; Węglowodany ogółem: 288.54 g; W tym cukry: 35.18 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 6.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-20 do dnia 2025-06-29 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		
2025-06-25 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</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 JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<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 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</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>) 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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>I</u>) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane (<u>I</u>) 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mizeria 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>I</u>) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>I</u>) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane (<u>I</u>) 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone (<u>I</u>) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>I</u>) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*(<u>I</u>) 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane (<u>I</u>) 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone (<u>I</u>) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>I</u>) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane (<u>I</u>) 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mizeria 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(<u>I</u>) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mizeria 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml						
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli (<u>I</u>) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>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>) 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>) Paszтет z fasoli (<u>I</u>) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml						
	PN	Banan 1szt. 1 szt Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)						Mus z jabłek prażonych 100 g Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE</u>) Pomidor 15 g		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE</u>) Pomidor 15 g		
		Wartość energetyczna: 2874.84 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 94.77 g; Kw. tł. nasy.: 45.54 g; Węglowodany ogółem: 419.77 g; W tym cukry: 107.06 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 7.06 g;		Wartość energetyczna: 3194.41 kcal; Białko ogółem: 109.71 g; Tłuszcz: 97.21 g; Kw. tł. nasy.: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 478.19 g; W tym cukry: 145.63 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 5.57 g;		Wartość energetyczna: 2576.19 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 407.91 g; W tym cukry: 112.46 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 6.35 g;		Wartość energetyczna: 2830.44 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 68.57 g; Kw. tł. nasy.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 448.15 g; W tym cukry: 141.89 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 6.86 g;		Wartość energetyczna: 2214.59 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 53.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 357.21 g; W tym cukry: 77.16 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 5.65 g;		Wartość energetyczna: 2302.46 kcal; Białko ogółem: 88.70 g; Tłuszcz: 86.39 g; Kw. tł. nasy.: 42.68 g; Węglowodany ogółem: 309.75 g; W tym cukry: 18.31 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 7.49 g;		Wartość energetyczna: 2500.38 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 42.84 g; Węglowodany ogółem: 333.66 g; W tym cukry: 22.78 g; Błonnik pok.: 30.91 g; Sól: 6.05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-20 do dnia 2025-06-29 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	
2025-06-26 czwartek	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>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 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>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</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>) Pulpet ryżowy z włoszczyzną* 200 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)	Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet ryżowy z włoszczyzną* 200 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)	Ziemniaczana *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona * 60 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>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Pulpet ryżowy z włoszczyzną* 200 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)					
	Kolejca	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>) Kielbasa Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 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 pol. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Salatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 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 pol. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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>) Kielbasa Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml							
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)					
		Wartość energetyczna: 2673.27 kcal; Białko ogółem: 95.96 g; Tłuszcz: 87.15 g; Kw. tł. nasy.: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 392.20 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2459.42 kcal; Białko ogółem: 85.05 g; Tłuszcz: 75.42 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 371.92 g; W tym cukry: 78.73 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 7.57 g;	Wartość energetyczna: 2453.63 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 84.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 341.68 g; W tym cukry: 74.28 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2775.03 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 73.60 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 449.16 g; W tym cukry: 79.85 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2053.28 kcal; Białko ogółem: 76.76 g; Tłuszcz: 61.73 g; Kw. tł. nasy.: 31.00 g; Węglowodany ogółem: 305.06 g; W tym cukry: 60.67 g; Błonnik pok.: 19.75 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2403.09 kcal; Białko ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 348.13 g; W tym cukry: 40.72 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2504.61 kcal; Białko ogółem: 83.14 g; Tłuszcz: 69.86 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 402.17 g; W tym cukry: 42.20 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 8.28 g;					

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-20 do dnia 2025-06-29 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 zestaw. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zestaw. II	
2025-06-27 piątek	Śniadanie	Płatki 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>) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt				Płatki 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	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Obiad	Koperkowa z makaronem * 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	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 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 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 (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 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>) 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt				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	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>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Podpiłomyki 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	
		Wartość energetyczna: 2814.43 kcal; Białko ogółem: 108.67 g; Tłuszcz: 89.72 g; Kw. tł. nasy.: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 400.84 g; W tym cukry: 122.26 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2581.61 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 71.88 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 385.11 g; W tym cukry: 122.22 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 4.59 g;	Wartość energetyczna: 2630.57 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz: 78.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 377.65 g; W tym cukry: 113.65 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 2553.80 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Tłuszcz: 70.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 377.65 g; W tym cukry: 113.65 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 2313.32 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Tłuszcz: 64.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 348.09 g; W tym cukry: 86.14 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sól: 4.56 g;	Wartość energetyczna: 2312.77 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 84.55 g; Kw. tł. nasy.: 43.01 g; Węglowodany ogółem: 298.80 g; W tym cukry: 40.39 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2236.00 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 77.16 g; Kw. tł. nasy.: 42.05 g; Węglowodany ogółem: 298.80 g; W tym cukry: 40.39 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 7.49 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-20 do dnia 2025-06-29 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 zestaw. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zestaw. II
2025-06-28 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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 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 gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek świeży 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) Salatka 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) Salatka 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) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ) 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) Salatka 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) Salata 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) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Salata 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) Filet zapiekany drobiowy 60 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) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 15 g (MLE) Pomidor 15 g	
	Wartość energetyczna: 3047.44 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz: 118.82 g; Kw. tł. nasy.: 46.02 g; Węglowodany ogółem: 402.54 g; W tym cukry: 65.00 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 10.68 g;		Wartość energetyczna: 2631.22 kcal; Białko ogółem: 99.56 g; Tłuszcz: 86.37 g; Kw. tł. nasy.: 39.50 g; Węglowodany ogółem: 374.48 g; W tym cukry: 67.36 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 7.47 g;		Wartość energetyczna: 2477.52 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 79.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.85 g; Węglowodany ogółem: 358.98 g; W tym cukry: 52.61 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2307.29 kcal; Białko ogółem: 97.09 g; Tłuszcz: 85.48 g; Kw. tł. nasy.: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 302.62 g; W tym cukry: 20.89 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 8.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-20 do dnia 2025-06-29 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
2025-06-29 niedziela	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) 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		Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) 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		Płatki 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	Płatki 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.) Ryż na sypko 250 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 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.) Ryż na sypko 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.) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i 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.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 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.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 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.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus z jabłek prażonych 100 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Wartość energetyczna: 3122.19 kcal; Białko ogółem: 163.37 g; Tłuszcz: 121.03 g; Kw. tł. nasy.: 44.53 g; Węglowodany ogółem: 356.66 g; W tym cukry: 101.44 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 7.62 g;		Wartość energetyczna: 3043.00 kcal; Białko ogółem: 162.21 g; Tłuszcz: 113.99 g; Kw. tł. nasy.: 44.01 g; Węglowodany ogółem: 354.43 g; W tym cukry: 97.66 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 7.43 g;		Wartość energetyczna: 2797.17 kcal; Białko ogółem: 154.85 g; Tłuszcz: 107.64 g; Kw. tł. nasy.: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 315.73 g; W tym cukry: 70.74 g; Błonnik pok.: 16.61 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2689.97 kcal; Białko ogółem: 154.03 g; Tłuszcz: 112.67 g; Kw. tł. nasy.: 40.99 g; Węglowodany ogółem: 275.17 g; W tym cukry: 32.79 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 7.66 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,