

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-09 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
2025-06-30 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE ,) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE ,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE ,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL ,) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE ,) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL ,) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE ,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż na sypko 220 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL ,) Pierogi leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE ,) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ryż na sypko 220 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL ,) Pierogi leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE ,) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE ,) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Ser żółty 60 g (MLE ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02 ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02 ,) 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02 ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Ser żółty 60 g (MLE ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Sok owocowo-warzywny 300 ml Wafle ryżowe 20 g						Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE ,) Jabłko 1 szt 1 szt
		Białko ogółem: 91.92 g; Tłuszcz: 91.55 g; Kw. tł. nasy.: 52.48 g; Węglowodany ogółem: 392.92 g; W tym cukry: 83.16 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 7.38 g;	Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 92.14 g; Kw. tł. nasy.: 45.88 g; Węglowodany ogółem: 379.75 g; W tym cukry: 69.22 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sól: 7.67 g;	Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 65.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.29 g; Węglowodany ogółem: 360.82 g; W tym cukry: 74.70 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 6.39 g;	Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 71.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 378.07 g; W tym cukry: 67.72 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sól: 6.71 g;	Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 56.92 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 341.89 g; W tym cukry: 62.48 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 5.67 g;	Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 76.12 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 291.89 g; W tym cukry: 38.89 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sól: 7.41 g;	Białko ogółem: 78.43 g; Tłuszcz: 67.81 g; Kw. tł. nasy.: 39.17 g; Węglowodany ogółem: 312.23 g; W tym cukry: 72.64 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 6.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-09 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
2025-07-01 wtorek	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>) 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 jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka 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 jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka 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 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>) 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	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mizeria 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Naleśniki z twarogiem i śmietaną 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Leczo z kukinii z kielbasą 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Chrzan 20 g (<u>MLE, S02.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)					Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pomidor 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>)
		Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 106.33 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 354.90 g; W tym cukry: 85.39 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 9.30 g;	Białko ogółem: 88.01 g; Tłuszcz: 116.53 g; Kw. tł. nasy.: 46.45 g; Węglowodany ogółem: 352.59 g; W tym cukry: 121.22 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sól: 8.26 g;	Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kw. tł. nasy.: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 342.46 g; W tym cukry: 81.54 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 7.67 g;	Białko ogółem: 84.56 g; Tłuszcz: 75.91 g; Kw. tł. nasy.: 35.73 g; Węglowodany ogółem: 355.01 g; W tym cukry: 86.73 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 7.84 g;	Białko ogółem: 95.10 g; Tłuszcz: 73.43 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 327.34 g; W tym cukry: 69.24 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 8.19 g;	Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 291.94 g; W tym cukry: 27.05 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 8.04 g;	Białko ogółem: 69.66 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 302.55 g; W tym cukry: 32.76 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 8.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-09 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
2025-07-02 środa	Śniadanie	Płatki 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				Płatki 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	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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</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>) Pierogi ukraińskie - chl. 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 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	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>) Salata zielona z jogurtem 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g 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 jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pierogi ukraińskie - chl. 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona z jogurtem 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>) 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 Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami 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 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, parzona, z dodatkami 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 mieszany 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>) Banan 1szt. 1 szt				Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pomidor 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Jabłko 1 szt 1 szt
		Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 107.98 g; Kw. tł. nasy.: 37.16 g; Węglowodany ogółem: 400.26 g; W tym cukry: 105.01 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 6.98 g;	Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 95.10 g; Kw. tł. nasy.: 42.74 g; Węglowodany ogółem: 392.26 g; W tym cukry: 107.33 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 5.86 g;	Białko ogółem: 102.38 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 389.33 g; W tym cukry: 104.53 g; Błonnik pok.: 23.93 g; Sól: 6.31 g;	Białko ogółem: 89.08 g; Tłuszcz: 73.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 398.79 g; W tym cukry: 104.19 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sól: 6.99 g;	Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz: 81.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 333.62 g; W tym cukry: 59.12 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 5.90 g;	Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz: 93.06 g; Kw. tł. nasy.: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 302.48 g; W tym cukry: 31.47 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 7.45 g;	Białko ogółem: 75.24 g; Tłuszcz: 85.72 g; Kw. tł. nasy.: 39.15 g; Węglowodany ogółem: 314.85 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 5.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-09 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	
2025-07-03 czwartek	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>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Pomidor 60 g Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>)		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>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Pomidor 60 g 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>)		Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>)		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>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 60 g Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>)					
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 300 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński * -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Dyńia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa 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	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński * -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Dyńia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński * -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron (pełnoziarnisty) wegetariański z soczewicą 300 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 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 () 90 g (<u>GLU PSZ, 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,</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>) 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</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 mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</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 () 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml						
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</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>) Papryka świeża 15 g					
		Białko ogółem: 93.50 g; Tłuszcz: 103.08 g; Kw. tł. nasy.: 45.00 g; Węglowodany ogółem: 383.18 g; W tym cukry: 80.09 g; Błonnik pok.: 36.21 g; Sól: 6.46 g;	Białko ogółem: 86.07 g; Tłuszcz: 89.81 g; Kw. tł. nasy.: 40.86 g; Węglowodany ogółem: 388.04 g; W tym cukry: 78.29 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 6.25 g;	Białko ogółem: 90.38 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 344.39 g; W tym cukry: 76.03 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 6.68 g;	Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 357.68 g; W tym cukry: 107.59 g; Błonnik pok.: 17.80 g; Sól: 6.47 g;	Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 64.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 319.43 g; W tym cukry: 59.97 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sól: 6.35 g;	Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 97.32 g; Kw. tł. nasy.: 42.93 g; Węglowodany ogółem: 309.32 g; W tym cukry: 24.96 g; Błonnik pok.: 39.86 g; Sól: 7.14 g;	Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 84.30 g; Kw. tł. nasy.: 40.22 g; Węglowodany ogółem: 318.50 g; W tym cukry: 24.33 g; Błonnik pok.: 42.11 g; Sól: 7.01 g;					

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-09 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	
2025-07-04 piątek	Śniadanie	Zacierka 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>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 200 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Zacierka 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>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 200 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>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, 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	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*() 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty 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>) 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml							
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt 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>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g						
			Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 84.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 410.23 g; W tym cukry: 121.84 g; Błonnik pok.: 19.73 g; Sól: 4.56 g;	Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz: 82.69 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 424.32 g; W tym cukry: 122.28 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 4.60 g;	Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 417.13 g; W tym cukry: 120.61 g; Błonnik pok.: 19.03 g; Sól: 4.24 g;	Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 76.52 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 426.32 g; W tym cukry: 120.76 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 4.16 g;	Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 374.16 g; W tym cukry: 84.70 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 4.52 g;	Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 282.42 g; W tym cukry: 21.00 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 6.59 g;	Białko ogółem: 88.15 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.12 g; Węglowodany ogółem: 291.61 g; W tym cukry: 21.15 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 6.51 g;				

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-09 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
2025-07-05 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) 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.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 220 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) 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.) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Pomarańcza 150 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Banan 1szt. 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Pomarańcza 150 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
		Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 66.35 g; Kw. tł. nasy.: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 342.60 g; W tym cukry: 79.54 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 6.78 g;		Białko ogółem: 103.49 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.35 g; Węglowodany ogółem: 375.77 g; W tym cukry: 104.93 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 6.30 g;		Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 59.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 333.81 g; W tym cukry: 55.57 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sól: 5.98 g;	Białko ogółem: 81.28 g; Tłuszcz: 63.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 290.38 g; W tym cukry: 37.27 g; Błonnik pok.: 35.63 g; Sól: 6.95 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-09 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
2025-07-06 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Kielbasa kminkowa Ojca Grzegorza-gruborozdrobnioniona,wędzona, parzona 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 pszenne 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		Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) 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>) Kielbasa kminkowa Ojca Grzegorza-gruborozdrobnioniona,wędzona, parzona 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mizeria 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Pomidorowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 140 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 25 g Musztarda 15 g (<u>GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		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. naturalny 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 25 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		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		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>) Dżem 25 g 1 szt Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 15 g	
		Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 110.76 g; Kw. tł. nasy.: 45.54 g; Węglowodany ogółem: 351.07 g; W tym cukry: 72.82 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sól: 11.23 g;		Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 72.52 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 349.56 g; W tym cukry: 70.08 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 6.80 g;		Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 338.35 g; W tym cukry: 57.79 g; Błonnik pok.: 20.98 g; Sól: 5.85 g;	Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 64.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 269.47 g; W tym cukry: 19.60 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 8.43 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-09 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. przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. przysw. węgl zest. II
2025-07-07 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jęczmienna 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>) 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	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 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 jęczmienna 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 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 jęczmienna 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Racuchy z cukrem pudrem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 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 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt					Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka 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 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Wafle ryżowe 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (_ <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Arbuz 150 g
		Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 89.81 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 393.72 g; W tym cukry: 105.96 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 5.97 g;	Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 366.16 g; W tym cukry: 64.30 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 6.63 g;	Białko ogółem: 69.69 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tł. nasy.: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 364.49 g; W tym cukry: 65.47 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 6.74 g;	Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 72.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 345.97 g; W tym cukry: 65.35 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 5.86 g;	Białko ogółem: 76.32 g; Tłuszcz: 58.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 342.22 g; W tym cukry: 78.08 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 4.93 g;	Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 321.89 g; W tym cukry: 43.12 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sól: 7.08 g;	Białko ogółem: 83.83 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw. tł. nasy.: 32.95 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; W tym cukry: 51.52 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sól: 6.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-09 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	
2025-07-08 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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>) 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>) 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>) 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>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	PN		Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 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 Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt			
			Białko ogółem: 104.65 g; Tłuszcz: 76.29 g; Kw. tł. nasy.: 38.47 g; Węglowodany ogółem: 339.58 g; W tym cukry: 81.04 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 6.26 g;	Białko ogółem: 78.78 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 356.53 g; W tym cukry: 85.83 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 6.52 g;	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;	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;	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;	Białko ogółem: 110.99 g; Tłuszcz: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 39.07 g; Węglowodany ogółem: 268.11 g; W tym cukry: 26.93 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 6.96 g;	Białko ogółem: 85.71 g; Tłuszcz: 79.50 g; Kw. tł. nasy.: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 289.74 g; W tym cukry: 31.82 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sól: 7.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-30 do dnia 2025-07-09 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
2025-07-09 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 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 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 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	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>) 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 pomarańczowy 0,2L-kartonik 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
		Białko ogółem: 88.08 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;	Białko ogółem: 70.23 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;	Białko ogółem: 89.25 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;	Białko ogółem: 72.81 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;	Białko ogółem: 79.73 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;	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;	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;

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,