

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-26 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			
2025-11-17 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) 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		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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi ukraińskie () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pierogi z serem - chłodzone 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 220 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) b/c 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Szynka wieprzowa gotowana 120 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) b/c 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g (<u>MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		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, SO2</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	PN	Sok owocowo-warzywny 200 ml Wafle ryżowe 20 g							Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2473.12 kcal; Białko ogółem: 88.45 g; Tłuszcz: 81.91 g; Kw. tł. nasy.: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 358.84 g; W tym cukry: 73.19 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2513.60 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 76.87 g; Kw. tł. nasy.: 43.32 g; Węglowodany ogółem: 359.10 g; W tym cukry: 70.90 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2331.04 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 61.73 g; Kw. tł. nasy.: 32.09 g; Węglowodany ogółem: 362.74 g; W tym cukry: 75.75 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2350.31 kcal; Białko ogółem: 103.28 g; Tłuszcz: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 359.62 g; W tym cukry: 68.16 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2385.15 kcal; Białko ogółem: 93.84 g; Tłuszcz: 58.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 379.58 g; W tym cukry: 64.85 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 2227.95 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 41.63 g; Węglowodany ogółem: 290.62 g; W tym cukry: 43.34 g; Błonnik pok.: 33.39 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2061.61 kcal; Białko ogółem: 75.53 g; Tłuszcz: 67.81 g; Kw. tł. nasy.: 38.25 g; Węglowodany ogółem: 300.35 g; W tym cukry: 63.06 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 6.81 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-26 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		
2025-11-18 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>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g (<u>SOJ.</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>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g (<u>SOJ.</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>) 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>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g (<u>SOJ.</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>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL.</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>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	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>) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Bitka z szynki wieprzowej 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>) Surówka wielowarzywna z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	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 kukini 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		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, SO2.</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, SO2.</u>) Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)							Jogurt naturalny 100g 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>)
		Wartość energetyczna: 2788.08 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 114.98 g; Kw. tł. nasy.: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 361.93 g; W tym cukry: 76.41 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2312.06 kcal; Białko ogółem: 63.68 g; Tłuszcz: 103.67 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 291.50 g; W tym cukry: 80.17 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2523.92 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 90.48 g; Kw. tł. nasy.: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; W tym cukry: 65.98 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2441.81 kcal; Białko ogółem: 73.45 g; Tłuszcz: 84.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 363.06 g; W tym cukry: 80.60 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2284.42 kcal; Białko ogółem: 86.76 g; Tłuszcz: 79.64 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 323.19 g; W tym cukry: 52.19 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2286.67 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 85.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 299.12 g; W tym cukry: 34.23 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2183.50 kcal; Białko ogółem: 67.79 g; Tłuszcz: 81.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 309.23 g; W tym cukry: 35.74 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 7.87 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-26 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	
2025-11-19 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>) Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt		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 JĘCZ.</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>) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kopytka ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzynna z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata zielona z jogurtem 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzynna z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</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 kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kopytka ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z 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>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	PN	Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Gruszka 1szt. 150 g		Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko 1 szt 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 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2631.22 kcal; Białko ogółem: 97.13 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 366.97 g; W tym cukry: 81.08 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2576.73 kcal; Białko ogółem: 81.47 g; Tłuszcz: 87.09 g; Kw. tł. nasy.: 33.60 g; Węglowodany ogółem: 377.22 g; W tym cukry: 85.86 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2528.74 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 81.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 358.73 g; W tym cukry: 79.37 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2461.35 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 76.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 367.83 g; W tym cukry: 84.25 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2318.35 kcal; Białko ogółem: 84.24 g; Tłuszcz: 77.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 331.87 g; W tym cukry: 57.82 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 2316.14 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz: 88.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; W tym cukry: 31.19 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2131.78 kcal; Białko ogółem: 67.54 g; Tłuszcz: 77.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 304.10 g; W tym cukry: 39.23 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 7.63 g;					

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-26 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
2025-11-20 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 Twaróg z natką pietruszki 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, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ,</u>)		Kasza manna 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>) 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>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ,</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 Twaróg z natką pietruszki 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 () 150 g (<u>MLE, 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>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g 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>) Dynia 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 100 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>) Dynia 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 b/c () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 100 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>) Paszтет z fasoli () 90 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		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		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>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Śliwka 150 g Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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
		Wartość energetyczna: 2617.19 kcal; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 85.92 g; Kw. tł. nasy.: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 382.32 g; W tym cukry: 81.10 g; Błonnik pok.: 34.58 g; Sól: 5.29 g;	Wartość energetyczna: 2464.14 kcal; Białko ogółem: 82.85 g; Tłuszcz: 73.22 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 375.66 g; W tym cukry: 97.30 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 4.54 g;	Wartość energetyczna: 2387.99 kcal; 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;	Wartość energetyczna: 2255.13 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 346.18 g; W tym cukry: 94.69 g; Błonnik pok.: 17.40 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2180.03 kcal; 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;	Wartość energetyczna: 2231.26 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 80.32 g; Kw. tł. nasy.: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 306.63 g; W tym cukry: 24.50 g; Błonnik pok.: 39.19 g; Sól: 6.00 g;	Wartość energetyczna: 2113.42 kcal; Białko ogółem: 79.67 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 305.90 g; W tym cukry: 44.60 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 5.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-26 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	
2025-11-21 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>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt		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>) Dżem 25 g 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 kiszzonej 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 kiszzonej 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 kiszzonej z olejem () b/c 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 kiszzonej z olejem () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)							Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 15 g
		Wartość energetyczna: 2666.49 kcal; Białko ogółem: 105.10 g; Tłuszcz: 82.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.97 g; Węglowodany ogółem: 390.26 g; W tym cukry: 120.72 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 2661.00 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 81.06 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 404.35 g; W tym cukry: 121.16 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 2653.96 kcal; Białko ogółem: 104.67 g; Tłuszcz: 76.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 400.54 g; W tym cukry: 121.92 g; Błonnik pok.: 20.86 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 2619.49 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 74.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 409.73 g; W tym cukry: 122.07 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2354.59 kcal; Białko ogółem: 88.47 g; Tłuszcz: 64.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 371.86 g; W tym cukry: 101.02 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 2155.11 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 36.35 g; Węglowodany ogółem: 278.29 g; W tym cukry: 17.23 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2120.64 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 36.79 g; Węglowodany ogółem: 287.47 g; W tym cukry: 17.38 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sól: 7.29 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-26 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
2025-11-22 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) 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		Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) 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		Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) 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	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka 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	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 140 g (<u>SOJ.</u>) Musztarda 15 g (<u>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>) Filet zapiekany drobiowy 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Śliwka 150 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Banan 1szt. 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Śliwka 150 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2551.78 kcal; Białko ogółem: 95.70 g; Tłuszcz: 93.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.36 g; Węglowodany ogółem: 349.41 g; W tym cukry: 81.94 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 9.31 g;		Wartość energetyczna: 2440.84 kcal; 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;		Wartość energetyczna: 2163.09 kcal; 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;	Wartość energetyczna: 2096.80 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 292.99 g; W tym cukry: 35.21 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 6.60 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-26 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
2025-11-23 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-gruborozdrobniona,wędzona, parzona 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiewka 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-gruborozdrobniona,wędzona, parzona 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiewka 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>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g 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 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>) Serek homo. naturalny 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>) Serek homo. naturalny 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>) 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>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) Dżem 25 g 1 szt Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 15 g	
		Wartość energetyczna: 2512.35 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 87.09 g; Kw. tł. nasy.: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; W tym cukry: 70.71 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 7.69 g;		Wartość energetyczna: 2421.76 kcal; 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;		Wartość energetyczna: 2318.38 kcal; 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;	Wartość energetyczna: 2002.24 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 271.26 g; W tym cukry: 19.21 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 8.35 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-26 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
2025-11-24 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>) Makrela 120 g 120 g (<u>RYB.</u>) Ogórek kiszony 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL.</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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami (I)* 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 Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Fasolowa z ziemniakami (I)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny (I) (z mięsa wieprzowego) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Dyniowa z ziemniakami (I) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Sos jogurtowo-porcerekowy* 100 g (<u>MLE</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Dyniowa z ziemniakami (I) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny (I) (z mięsa wieprzowego) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem (I) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) (I) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Sos jogurtowo-porcerekowy* 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 (I)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny (I) (z mięsa wieprzowego) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c (I) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami (I)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Sos jogurtowo-porcerekowy* 100 g (<u>MLE</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt 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 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>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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	Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml		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>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 10 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2954.74 kcal; Białko ogółem: 114.24 g; Tłuszcz: 113.14 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; Węglowodany ogółem: 382.58 g; W tym cukry: 104.35 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sól: 12.92 g;	Wartość energetyczna: 2749.95 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 98.29 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 363.21 g; W tym cukry: 74.74 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 12.82 g;	Wartość energetyczna: 2366.68 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz: 68.93 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; W tym cukry: 85.61 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2362.10 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 78.71 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 343.41 g; W tym cukry: 68.50 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2140.50 kcal; Białko ogółem: 76.35 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 344.85 g; W tym cukry: 78.05 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 2321.61 kcal; Białko ogółem: 87.29 g; Tłuszcz: 78.16 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 332.45 g; W tym cukry: 41.29 g; Błonnik pok.: 44.36 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2246.73 kcal; Białko ogółem: 88.60 g; Tłuszcz: 67.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.95 g; Węglowodany ogółem: 334.88 g; W tym cukry: 62.91 g; Błonnik pok.: 39.74 g; Sól: 6.71 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-26 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
2025-11-25 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>) Rzodkiew biała 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>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) 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 JECZ,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) 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 JECZ,</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) 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 JECZ,</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	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, 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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Banan 1szt. 1 szt Biszkopity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2479.69 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 366.18 g; W tym cukry: 105.24 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2402.10 kcal; Białko ogółem: 78.35 g; Tłuszcz: 72.32 g; Kw. tł. nasy.: 36.17 g; Węglowodany ogółem: 379.22 g; W tym cukry: 110.44 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2577.37 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 74.36 g; Kw. tł. nasy.: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 387.14 g; W tym cukry: 118.96 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2574.78 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 76.04 g; Kw. tł. nasy.: 37.95 g; Węglowodany ogółem: 407.23 g; W tym cukry: 130.31 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2182.70 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 57.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 336.35 g; W tym cukry: 77.21 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2151.63 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 77.39 g; Kw. tł. nasy.: 39.11 g; Węglowodany ogółem: 265.86 g; W tym cukry: 27.28 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2095.33 kcal; Białko ogółem: 83.88 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 36.61 g; Węglowodany ogółem: 283.58 g; W tym cukry: 32.58 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 7.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-17 do dnia 2025-11-26 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	
2025-11-26 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>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 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, S02.</u>) Ryż na sypko 220 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z makaronem *() 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z makaronem *() 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) 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 koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Selerowa z makaronem pełnoziarnistym *() 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 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 pełnoziarnistym *() 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 (<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 rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Papryka świeża 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>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</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>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</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 miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, 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>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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						
	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					
		Wartość energetyczna: 2453.79 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 357.99 g; W tym cukry: 83.47 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2296.20 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 62.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 360.26 g; W tym cukry: 108.15 g; Błonnik pok.: 15.17 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2450.55 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 72.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; W tym cukry: 83.18 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 2266.18 kcal; Białko ogółem: 75.63 g; Tłuszcz: 61.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 359.77 g; W tym cukry: 106.12 g; Błonnik pok.: 16.62 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2249.38 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 65.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 342.19 g; W tym cukry: 67.35 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2163.10 kcal; Białko ogółem: 92.20 g; Tłuszcz: 74.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 294.35 g; W tym cukry: 22.36 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2009.02 kcal; Białko ogółem: 74.40 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 292.31 g; W tym cukry: 47.56 g; Błonnik pok.: 28.26 g; Sól: 7.25 g;					

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg 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,