

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-25 do dnia 2026-03-06 KUCHNIA LUBLIN USD

		L-MSWA 1 Podstawowa zestaw I	L-MSWA 1 Podstawowa zestaw II	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestaw I	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestaw II	L-MSWA 3Z ogr. tłuszczu zestaw I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest II	
2026-02-25 rocz	niadane	Ry na mleku 350ml (<u>ME</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2szt (<u>GLUPSZ GLU YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 80g (<u>ME</u>) Jablko 1 szt 1 szt Kawa zbo owa z młkiem b/c 250ml (<u>ME GLU YT GLUJ CZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt				Ry na wywarze jarzynowym 350ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2szt (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szyunka Piastowska- wp., w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt		Ry na wywarze jarzynowym 350ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ GLU YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 80g (<u>ME</u>) Jablko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350ml (<u>GLU PSZ ME SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Kuleczki z ud ca drobiowego 100g (<u>GLU PSZ JAJ</u>) Ogórek kiszony z cebulk z olejem 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Pomidorowa z makaronem * 350ml (<u>GLU PSZ ME SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g M so drobiowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Sos pietruszkowy* 100ml (<u>GLUPSZ ME</u>) Ogórek kiszony z cebulk z olejem 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Pomidorowa z makaronem * 350ml (<u>GLU PSZ ME SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g M so drobiowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Sos pietruszkowy* 100ml (<u>GLUPSZ ME</u>) Dynia duszona z olejem* 150g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Pomidorowa z makaronem * 350ml (<u>GLU PSZ ME SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Jajko gotowane kl M 2szt (<u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 100ml (<u>GLUPSZ ME</u>) Dynia duszona z olejem* 150g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Pomidorowa z makaronem * 350ml (<u>GLU PSZ ME SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g M so drobiowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Sos pietruszkowy* 100ml (<u>GLUPSZ ME</u>) Dynia duszona z olejem* 150g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Pomidorowa z makaronem * 350ml (<u>GLU PSZ ME SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g M so drobiowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Sos pietruszkowy* 100ml (<u>GLUPSZ ME</u>) Ogórek kiszony z cebulk z olejem 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem * 350ml (<u>GLU PSZ ME SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Kuleczki z jaj-pieczony 120g (<u>GLUPSZ JAJ</u>) Ogórek kiszony z cebulk z olejem 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	
	Kolecja	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ GLU YT</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ GLU YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr w dz, parz wosłonce niejadalnej) 140g (<u>SOJ</u>) Musztarda 15g (<u>GOR</u>) Salátka z pomidorówi koperku 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt		Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ GLU YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Salátka z pomidorówi koperku 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt		Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ GLU YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Salátka z pomidorówi koperku 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	
	PN	Ciasto dro d owe 50g (<u>GLUPSZ JAJ ME SOJ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) D em 25g 1 szt						Chleb razowy pszenno- ytni 30g (<u>GLUPSZ GLU YT</u>) Masło extra 82% 5g (<u>ME</u>) Ser dty 20g (<u>ME</u>) Pomidor 15g	
			Warto energetyczna: 3109.53kcal; Białko ogółem 103.35g; Tłuszcz: 124.51g; Kw tł. nasy.: 46.46g; W w glowodany ogółem: 399.88g; W tym cukry: 89.20g; Błonnik pok.: 23.09g; Sól: 11.40g	Warto energetyczna: 2966.54kcal; Białko ogółem 109.03g; Tłuszcz: 112.66g; Kw tł. nasy.: 45.94g; W w glowodany ogółem: 385.79g; W tym cukry: 89.49g; Błonnik pok.: 21.96g; Sól: 11.49g	Warto energetyczna: 2735.97kcal; Białko ogółem 110.04g; Tłuszcz: 83.49g; Kw tł. nasy.: 38.24g; W w glowodany ogółem: 391.71g; W tym cukry: 92.37g; Błonnik pok.: 23.29g; Sól: 6.58g	Warto energetyczna: 2697.40kcal; Białko ogółem 97.11g; Tłuszcz: 84.62g; Kw tł. nasy.: 39.13g; W w glowodany ogółem: 392.31g; W tym cukry: 92.37g; Błonnik pok.: 23.29g; Sól: 6.46g	Warto energetyczna: 2396.18kcal; Białko ogółem 96.07g; Tłuszcz: 71.87g; Kw tł. nasy.: 32.76g; W w glowodany ogółem: 346.74g; W tym cukry: 56.35g; Błonnik pok.: 19.59g; Sól: 7.36g	Warto energetyczna: 2141.46kcal; Białko ogółem 94.89g; Tłuszcz: 70.57g; Kw tł. nasy.: 32.93g; W w glowodany ogółem: 294.27g; W tym cukry: 29.86g; Błonnik pok.: 23.62g; Sól: 9.14g	Warto energetyczna: 2388.07kcal; Białko ogółem 90.88g; Tłuszcz: 87.82g; Kw tł. nasy.: 35.82g; W w glowodany ogółem: 320.31g; W tym cukry: 29.82g; Błonnik pok.: 25.45g; Sól: 9.55g

	L-MSWA 1 Podstawowa zestaw I	L-MSWA 1 Podstawowa zestaw II	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestaw I	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestaw II	L-MSWA 3Z ogr. tłuszczu zestaw I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw. w gl. zest. I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw. w gl. zest. II		
2026-02-26 czwartek	nielane	<p>Kasza kukurydziana na mleku 350ml (ME) Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy pszenno- żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (ME) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- w dłina drobiowa parzona z dodatkiem wody z pol. czonych kawalkówmi sa 60g (SOJ, ME, md ezaniera : GLUPSZ, JAJ, GOR, SOZ) Papryka konserwowa 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2szt</p>		<p>Kasza kukurydziana na mleku 350ml (ME) Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (ME) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- w dłina drobiowa parzona z dodatkiem wody z pol. czonych kawalkówmi sa 60g (SOJ, ME, md ezaniera : GLUPSZ, JAJ, GOR, SOZ) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2szt</p>		<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350ml (SEL) Bułka pszenna długa krojona 100g (GLUPSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (ME) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- w dłina drobiowa parzona z dodatkiem wody z pol. czonych kawalkówmi sa 60g (SOJ, ME, md ezaniera : GLUPSZ, JAJ, GOR, SOZ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2szt</p>		<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350ml (SEL) Chleb razowy pszenno- żytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (ME) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- w dłina drobiowa parzona z dodatkiem wody z pol. czonych kawalkówmi sa 60g (SOJ, ME, md ezaniera : GLUPSZ, JAJ, GOR, SOZ) Papryka konserwowa 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml</p>	
		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 350 ml (GLUPSZ, ME, SEL) Ziemniaki gotowane () 250g Got. bki z ry emi wieprzowin 200g (JAJ) Sos pomidorowy 100ml (GLUPSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 150g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 350 ml (GLUPSZ, ME, SEL) Makaron 200g (GLUPSZ) Twaróg półtłusty 70g (ME) Mus z jabłek pra onych 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 350 ml (GLUPSZ, ME, SEL) Makaron 200g (GLUPSZ) Twaróg półtłusty 70g (ME) Mus z jabłek pra onych 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ()* 350ml (GLUPSZ, SEL) Makaron 200g (GLUPSZ) Klopsik wieprzowy 100g (GLUPSZ, JAJ) Sos jarzynowy* 100ml (GLUPSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>	
Kaldia	<p>Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (ME) Pasztecik ciecierzycy* 80g (GLUPSZ, JAJ) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (ME) Szynka gotowana extra- vp z kawalkówmi sa vp. w dzona, parzona z dod. wody, b/ml z pol. kawalkówmiesa 60g (GLUPSZ, SOJ, ME, md ezaniera : JAJ, SEL, GOR, SOZ) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Bułka pszenna długa krojona 100g (GLUPSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (ME) Szynka gotowana extra- vp z kawalkówmi sa vp. w dzona, parzona z dod. wody, b/ml z pol. kawalkówmiesa 60g (GLUPSZ, SOJ, ME, md ezaniera : JAJ, SEL, GOR, SOZ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Chleb razowy pszenno- żytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (ME) Pasztecik ciecierzycy* 80g (GLUPSZ, JAJ) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml</p>		
	<p>Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g. 1 szt (ME)</p>		<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g. 1 szt (ME)</p>		<p>Jabłko 1 szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g. 1 szt (ME)</p>		<p>Jabłko 1 szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g. 1 szt (ME)</p>		
PN	<p>Warto energetyczna: 2836.89kcal; Białko ogółem 79.29g; Tłuszcz: 86.26g; Kw. tł. nasy.: 32.63g; W. gl. woda ogółem 438.29g; W. tym cukry: 117.82g; Błonnik pok.: 39.20g; Sól: 7.02g</p>	<p>Warto energetyczna: 2627.69kcal; Białko ogółem 72.55g; Tłuszcz: 73.54g; Kw. tł. nasy.: 31.57g; W. gl. woda ogółem 412.84g; W. tym cukry: 118.94g; Błonnik pok.: 25.90g; Sól: 5.02g</p>	<p>Warto energetyczna: 2463.45kcal; Białko ogółem 79.64g; Tłuszcz: 74.11g; Kw. tł. nasy.: 32.13g; W. gl. woda ogółem 366.27g; W. tym cukry: 104.85g; Błonnik pok.: 23.72g; Sól: 6.33g</p>	<p>Warto energetyczna: 2425.06kcal; Białko ogółem 72.69g; Tłuszcz: 60.53g; Kw. tł. nasy.: 30.96g; W. gl. woda ogółem 392.57g; W. tym cukry: 118.65g; Błonnik pok.: 18.12g; Sól: 5.68g</p>	<p>Warto energetyczna: 2296.13kcal; Białko ogółem 78.05g; Tłuszcz: 66.83g; Kw. tł. nasy.: 29.34g; W. gl. woda ogółem 343.92g; W. tym cukry: 76.35g; Błonnik pok.: 21.33g; Sól: 5.28g</p>	<p>Warto energetyczna: 2433.18kcal; Białko ogółem 69.74g; Tłuszcz: 80.39g; Kw. tł. nasy.: 29.00g; W. gl. woda ogółem 360.83g; W. tym cukry: 47.69g; Błonnik pok.: 40.37g; Sól: 7.05g</p>	<p>Warto energetyczna: 2225.55kcal; Białko ogółem 63.56g; Tłuszcz: 68.08g; Kw. tł. nasy.: 28.01g; W. gl. woda ogółem 330.53g; W. tym cukry: 53.49g; Błonnik pok.: 30.75g; Sól: 5.18g</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-25 do dnia 2026-03-06 KUCHNIA LUBLIN USD

		L-MSWA 1 Podstawowa zestawII	L-MSWA 1 Podstawowa zestawII	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestawII	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestawII	L-MSWA 3Z ogr. tłuszczu zestawII	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest II	
2026-02-27 piątek	nadanie	Zacierka na mleku 350ml (<u>GLUPSZ, ME</u>) Rogal ma lany 50g 2 Porj x 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, ME</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Mód (25g) 1szt Twaro ek 50g (<u>ME</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt				Zacierka na wywarze jarzynowym 350ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Rogal ma lany 50g 2 Porj x 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, ME</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Mód (25g) 1szt Twaro ek 50g (<u>ME</u>) Jabłko pieczone 1szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt		Zacierka na wywarze jarzynowym 350ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Twaro ek 80g (<u>ME</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	
	Obiad	Kalafiorowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Ryba pieczona (Mbrszczuk) 100g (<u>RIB</u>) Surówka ydowska z olejem () 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Kalafiorowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g M so drobiowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Surówka ydowska z olejem () 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Kalafiorowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Ryba pieczona (Mbrszczuk) 100g (<u>RIB</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Kalafiorowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g M so drobiowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Ry owa (bez mleka)* 350ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Ryba pieczona (Mbrszczuk) 100g (<u>RIB</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Kalafiorowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Ryba pieczona (Mbrszczuk) 100g (<u>RIB</u>) Surówka ydowska z olejem () b/c 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Kalafiorowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g M so drobiowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Surówka ydowska z olejem () b/c 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	
	Kolecja	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80g (<u>JAJ, ME</u>) Ogórek kiszony 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80g (<u>JAJ, ME</u>) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 100g (<u>GLUPSZ, PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60g (<u>ME, md e zamiera : GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Porj x 1 szt	Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80g (<u>JAJ, ME</u>) Ogórek kiszony 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml				
	PN	Sok pomara czowy Q2-kartonik 1 szt Biszkopty 30g (<u>GLUPSZ, JAJ, ME, GLUJ, CZ</u>)				Biszkopty 30g (<u>GLUPSZ, JAJ, ME, GLUJ, CZ</u>) Mus z jabłek pra onych 100g		Chleb razowy pszenno- ytni 30g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło extra 82% 5g (<u>ME</u>) Ser dty 20g (<u>ME</u>) Salata zielona 5g	
		Warto energetyczna: 2616,69kcal; Białko ogółem: 103,35g; Tłuszcz: 79,08g; Kw tł. nasy.: 33,87g; W glowodany ogółem: 385,32g; W tym cukry: 103,35g; Błonnik pok.: 18,01g; Sól: 6,64g	Warto energetyczna: 2578,49kcal; Białko ogółem: 95,58g; Tłuszcz: 78,40g; Kw tł. nasy.: 34,61g; W glowodany ogółem: 385,32g; W tym cukry: 103,35g; Błonnik pok.: 18,01g; Sól: 6,54g	Warto energetyczna: 2597,12kcal; Białko ogółem: 106,57g; Tłuszcz: 74,34g; Kw tł. nasy.: 33,70g; W glowodany ogółem: 384,14g; W tym cukry: 104,74g; Błonnik pok.: 14,73g; Sól: 4,36g	Warto energetyczna: 2558,92kcal; Białko ogółem: 98,80g; Tłuszcz: 73,66g; Kw tł. nasy.: 34,45g; W glowodany ogółem: 384,14g; W tym cukry: 104,74g; Błonnik pok.: 14,73g; Sól: 4,25g	Warto energetyczna: 2344,60kcal; Białko ogółem: 90,68g; Tłuszcz: 61,69g; Kw tł. nasy.: 27,35g; W glowodany ogółem: 366,50g; W tym cukry: 75,20g; Błonnik pok.: 13,88g; Sól: 4,26g	Warto energetyczna: 2079,13kcal; Białko ogółem: 97,40g; Tłuszcz: 75,28g; Kw tł. nasy.: 36,20g; W glowodany ogółem: 263,19g; W tym cukry: 16,18g; Błonnik pok.: 21,00g; Sól: 8,58g	Warto energetyczna: 2040,93kcal; Białko ogółem: 89,63g; Tłuszcz: 74,60g; Kw tł. nasy.: 36,95g; W glowodany ogółem: 263,19g; W tym cukry: 16,18g; Błonnik pok.: 21,00g; Sól: 8,47g	

	L-MSWA 1 Podstawowa zestaw I	L-MSWA 1 Podstawowa zestaw II	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestaw I	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestaw II	L-MSWA 3Z ogr. tłuszczu zestaw I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest II	
2026-02-28 sobota	nielane	Platki pszenne na mleku 350ml (<u>GLU PSZ ME</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 50g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka Piastowska- vp., w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2[Por] x 1 szt	Platki pszenne na mleku 350ml (<u>GLU PSZ ME</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka Piastowska- vp., w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2[Por] x 1 szt	Platki pszenne na mleku 350ml (<u>GLU PSZ ME</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka Piastowska- vp., w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2[Por] x 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350ml (<u>GLUPSZ SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka Piastowska- vp., w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2[Por] x 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350ml (<u>GLUPSZ SEL</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka Piastowska- vp., w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml		
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 350ml (<u>GLU PSZ ME SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Potrawka drobiowa 150g (<u>GLUPSZ</u>) Buraczki oprószane () 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2[Por] x 1 szt	Dyniowa z makaronem* 350ml (<u>GLU PSZ ME SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Potrawka drobiowa 150g (<u>GLUPSZ</u>) Buraczki oprószane () 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2[Por] x 1 szt	Dyniowa z makaronem* 350ml (<u>GLU PSZ ME SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Potrawka drobiowa 150g (<u>GLUPSZ</u>) Buraczki oprószane () 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2[Por] x 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 350ml (<u>GLUPSZ SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Potrawka drobiowa 150g (<u>GLUPSZ</u>) Buraczki oprószane () 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2[Por] x 1 szt	Dyniowa z makaronem* 350ml (<u>GLU PSZ ME SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Potrawka drobiowa 150g (<u>GLUPSZ</u>) Buraczki oprószane (bez cukru) 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z fasoli 80g Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2[Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- w dlna drobiowa parzona z dodatkiem wody z pol. czonych kawalkówwi sa 60g (<u>SOJ ME md ezanera : GLUPSZ JAJ GOR SOJ</u>) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2[Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- w dlna drobiowa parzona z dodatkiem wody z pol. czonych kawalkówwi sa 60g (<u>SOJ ME md ezanera : GLUPSZ JAJ GOR SOJ</u>) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2[Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- w dlna drobiowa parzona z dodatkiem wody z pol. czonych kawalkówwi sa 60g (<u>SOJ ME md ezanera : GLUPSZ JAJ GOR SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2[Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z fasoli 80g Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml		
	PN	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (<u>ME</u>) Pomara cza 150g	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (<u>ME</u>) Pomara cza 150g	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (<u>ME</u>) Pomara cza 150g	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (<u>ME</u>) Jabłko pieczone 1szt 1 szt	Chleb razowy pszenno- ytni 30g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Masło extra 82% 5g (<u>ME</u>) Twaróg półtłusty 20g (<u>ME</u>) Pomidor 15g		
		Warto energetyczna: 2407.72kcal; Białko ogółem 90.95g; Tłuszcz: 63.47g; Kw tł. nasy.: 29.59g; W glowodany ogółem: 385.91g; W tym cukry: 89.02g; Błonnik pok.: 36.18g; Sól: 7.98g	Warto energetyczna: 2268.68kcal; Białko ogółem 78.61g; Tłuszcz: 61.26g; Kw tł. nasy.: 29.19g; W glowodany ogółem: 351.96g; W tym cukry: 87.48g; Błonnik pok.: 25.95g; Sól: 6.97g	Warto energetyczna: 2268.68kcal; Białko ogółem 78.61g; Tłuszcz: 61.26g; Kw tł. nasy.: 29.19g; W glowodany ogółem: 351.96g; W tym cukry: 87.48g; Błonnik pok.: 25.95g; Sól: 6.97g	Warto energetyczna: 2119.48kcal; Białko ogółem 69.74g; Tłuszcz: 54.76g; Kw tł. nasy.: 25.58g; W glowodany ogółem: 337.67g; W tym cukry: 74.23g; Błonnik pok.: 24.16g; Sól: 5.98g	Warto energetyczna: 2099.83kcal; Białko ogółem 84.16g; Tłuszcz: 60.22g; Kw tł. nasy.: 28.63g; W glowodany ogółem: 323.17g; W tym cukry: 25.42g; Błonnik pok.: 34.96g; Sól: 8.34g		

	L-MSWA 1 Podstawowa zestaw I	L-MSWA 1 Podstawowa zestaw II	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestaw I	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestaw II	L-MSWA 3Z ogr. tłuszczu zestaw I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest II	
2026-03-01 niedziela	nielane	Kasza manna na mleku 350ml (<u>GLU PSZ ME</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 50g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Kielbasa Krotoszy ska-wieprzowa grubo rozdrobniona w dzona parzona 60g (<u>SOI, md ezaniera : GLU PSZ JAJ, ME, SEL, GOR</u>) Ogórek kiszony 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt		Kasza manna na mleku 350ml (<u>GLU PSZ ME</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawalków mi sa vp w dzona, parzona z dod wody, b.m.l z pol. kawalkówmiesa 60g (<u>GLU PSZ, SOI, ME, md ezaniera : JAJ, SEL, GOR, SOD</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt		Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bulka pszenna dluga krojona 100g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawalków mi sa vp w dzona, parzona z dod wody, b.m.l z pol. kawalkówmiesa 60g (<u>GLU PSZ, SOI, ME, md ezaniera : JAJ, SEL, GOR, SOD</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Kielbasa Krotoszy ska-wieprzowa grubo rozdrobniona w dzona parzona 60g (<u>SOI, md ezaniera : GLU PSZ, JAJ, ME, SEL, GOR</u>) Ogórek kiszony 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350ml (<u>GLU PSZ, ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Kotletschabowy 100g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surowka z marchwi i jablka () 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt		Pomidorowa z makaronem * 350ml (<u>GLU PSZ, ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Schab gotowany 100g Sos własny () 100ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt		Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 350ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Schab gotowany 100g Sos własny () 100ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Pomidorowa z makaronem * 350ml (<u>GLU PSZ, ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Schab gotowany 100g Surowka z marchwi i jablka b/c () 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Ser dty 60g (<u>ME</u>) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt		Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Twaro ek z koperkiem 80g (<u>ME</u>) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt		Bulka pszenna dluga krojona 100g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Twaro ek z koperkiem 80g (<u>ME</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLU PSZ GLU YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Ser dty 60g (<u>ME</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	
	PW	Jabliko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>)		Jabliko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>)		Jabliko pieczone 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>) Jabliko 1 szt 1 szt	
		Warto energetyczna: 2592.64 kcal; Bialko ogdem 100.79g; Tluszcz: 93.06g; Kw tł. nasy.: 45.37g; W glowodany ogdem 353.76g; W tym cukry: 83.52g; Bionnik pok.: 27.08g; Sól: 9.22g		Warto energetyczna: 2340.63 kcal; Bialko ogdem 105.78g; Tluszcz: 68.94g; Kw tł. nasy.: 33.73g; W glowodany ogdem 335.85g; W tym cukry: 83.27g; Bionnik pok.: 24.88g; Sól: 6.78g		Warto energetyczna: 2186.93 kcal; Bialko ogdem 97.66g; Tluszcz: 62.14g; Kw tł. nasy.: 30.09g; W glowodany ogdem 320.36g; W tym cukry: 68.52g; Bionnik pok.: 22.94g; Sól: 5.80g	Warto energetyczna: 2153.71 kcal; Bialko ogdem 101.91g; Tluszcz: 73.70g; Kw tł. nasy.: 41.65g; W glowodany ogdem 288.50g; W tym cukry: 39.56g; Bionnik pok.: 27.52g; Sól: 9.24g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-25 do dnia 2026-03-06 KUCHNIA LUBLIN USD

		L-MSWA 1 Podstawowa zestawII	L-MSWA 1 Podstawowa zestawII	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestawII	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestawII	L-MSWA 3Z ogr. tłuszczu zestawII	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest II	
2026-03-02 poniedziałek	nielanie	Platki j czmienne na mleku 350ml (<u>ME, GLUJ, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Platki j czmienne na mleku 350ml (<u>ME, GLUJ, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Platki j czmienne na mleku 350ml (<u>ME, GLUJ, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Platki j czmienne na wywarze jarzynowym 350ml (<u>SEL, GLUJ, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Platki j czmienne na wywarze jarzynowym 350ml (<u>SEL, GLUJ, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Platki j czmienne na wywarze jarzynowym 350ml (<u>SEL, GLUJ, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Platki j czmienne na wywarze jarzynowym 350ml (<u>SEL, GLUJ, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	
	Obiad	Brokułowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Kluski leniwe z serem 300g (<u>GLUPSZ, JAJ, ME, md ezaniera : SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u>) Sos jogurtowy naturalny 100g (<u>ME</u>) Mandarynka 2szt Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Brokułowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Makaron 200g (<u>GLUPSZ</u>) Pulpet wieprzowy 100g (<u>GLUPSZ, JAJ, GOR, SEZ</u>) Sos koperkowy* 100ml (<u>GLUPSZ, ME</u>) Surowka z marchwi i jabłka () 150g (<u>ME</u>) Mandarynka 2szt Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Brokułowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Kluski leniwe z serem 300g (<u>GLUPSZ, JAJ, ME, md ezaniera : SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u>) Sos jogurtowy naturalny 100g (<u>ME</u>) Mandarynka 2szt Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Brokułowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Makaron 200g (<u>GLUPSZ</u>) Pulpet wieprzowy 100g (<u>GLUPSZ, JAJ, GOR, SEZ</u>) Sos koperkowy* 100ml (<u>GLUPSZ, ME</u>) Surowka z marchwi i jabłka () 150g (<u>ME</u>) Mandarynka 2szt Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Ry owa (bez mleka)* 350ml (<u>SEL</u>) Kluski leniwe z serem 300g (<u>GLUPSZ, JAJ, ME, md ezaniera : SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u>) Sos jogurtowy naturalny 100g (<u>ME</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1szt Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Brokułowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200g (<u>GLUPSZ, JAJ, ME, md ezaniera : SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u>) Pulpet wieprzowy 100g (<u>GLUPSZ, JAJ, GOR, SEZ</u>) Surowka z marchwi i jabłka b.c. () 150g (<u>ME</u>) Mandarynka 2szt Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml	Brokułowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200g (<u>GLUPSZ, JAJ, ME, md ezaniera : SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u>) Pulpet wieprzowy 100g (<u>GLUPSZ, JAJ, GOR, SEZ</u>) Surowka z marchwi i jabłka b.c. () 150g (<u>ME</u>) Mandarynka 2szt Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml	Brokułowa z ry em* 350ml (<u>ME, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200g (<u>GLUPSZ, JAJ, ME, md ezaniera : SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u>) Pulpet wieprzowy 100g (<u>GLUPSZ, JAJ, GOR, SEZ</u>) Surowka z marchwi i jabłka b.c. () 150g (<u>ME</u>) Mandarynka 2szt Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasztyt ryбно-warzywny (Mbrszczuk) 80g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB</u>) Ogórek konserwowy 60g (<u>GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasztyt ryбно-warzywny (Mbrszczuk) 80g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB</u>) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasztyt ryбно-warzywny (Mbrszczuk) 80g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB</u>) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasztyt ryбно-warzywny (Mbrszczuk) 80g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB</u>) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasztyt ryбно-warzywny (Mbrszczuk) 80g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB</u>) Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasztyt ryбно-warzywny (Mbrszczuk) 80g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB</u>) Ogórek konserwowy 60g (<u>GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasztyt ryбно-warzywny (Mbrszczuk) 80g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB</u>) Ogórek konserwowy 60g (<u>GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasztyt ryбно-warzywny (Mbrszczuk) 80g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB</u>) Ogórek konserwowy 60g (<u>GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml
	PN	Sok pomidorowy Q.3 1 szt						Masło extra 82% 5g (<u>ME</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 30g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Szynka gotowana extra- vip z kawałkami sa vip w dzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałkami miesa 20g (<u>GLUPSZ, SOJ, ME, md ezaniera : JAJ, SEL, GOR, SOJ</u>) Pomidor 15g	
		Warto energetyczna: 2450.08kcal; Białko ogółem 97.56g; Tłuszcz: 70.20g; Kw. tł. nasy.: 37.03g; W. glowodany ogółem 363.87g; W. tym cukry: 107.26g; Błonnik pok.: 17.66g; Sól: 10.43g	Warto energetyczna: 2324.02kcal; Białko ogółem 104.46g; Tłuszcz: 72.54g; Kw. tł. nasy.: 34.16g; W. glowodany ogółem 324.13g; W. tym cukry: 67.89g; Błonnik pok.: 22.72g; Sól: 9.82g	Warto energetyczna: 2460.10kcal; Białko ogółem 98.41g; Tłuszcz: 70.30g; Kw. tł. nasy.: 37.03g; W. glowodany ogółem 362.62g; W. tym cukry: 104.98g; Błonnik pok.: 17.26g; Sól: 9.51g	Warto energetyczna: 2324.04kcal; Białko ogółem 105.30g; Tłuszcz: 72.64g; Kw. tł. nasy.: 34.15g; W. glowodany ogółem 322.87g; W. tym cukry: 65.61g; Błonnik pok.: 22.33g; Sól: 8.89g	Warto energetyczna: 2176.78kcal; Białko ogółem 80.07g; Tłuszcz: 60.46g; Kw. tł. nasy.: 32.12g; W. glowodany ogółem 334.56g; W. tym cukry: 83.47g; Błonnik pok.: 13.96g; Sól: 9.93g	Warto energetyczna: 2091.96kcal; Białko ogółem 99.14g; Tłuszcz: 70.48g; Kw. tł. nasy.: 33.53g; W. glowodany ogółem 273.42g; W. tym cukry: 24.82g; Błonnik pok.: 28.89g; Sól: 8.77g	Warto energetyczna: 1988.27kcal; Białko ogółem 90.66g; Tłuszcz: 60.04g; Kw. tł. nasy.: 31.53g; W. glowodany ogółem 273.42g; W. tym cukry: 40.72g; Błonnik pok.: 26.01g; Sól: 8.09g	

	L-MSWA 1 Podstawowa zestaw I	L-MSWA 1 Podstawowa zestaw II	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestaw I	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestaw II	L-MSWA 3Z ogr. tłuszczu zestaw I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest II								
2026-03-03 wtorek	nielane	<p>Kasza kukurydziana na mleku 350ml (<u>ME</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Chleb razowy pszenno- żytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 80g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME</u>) Ogórek kiszony 60g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Kasza kukurydziana na mleku 350ml (<u>ME</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60g (<u>GLUPSZ, SOJ, ME, SEL, md e</u>) <u>zawiera: JAJ, GOR, SOJ</u> Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60g (<u>GLUPSZ, SOJ, ME, SEL, md e</u>) <u>zawiera: JAJ, GOR, SOJ</u> Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno- żytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 80g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME</u>) Ogórek kiszony 60g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml</p>							
		<p>Pieczarkowa z ziemniakami * () 350ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL, SOJ</u>) Kasza j. czarna/sypko 220g (<u>GLU, J, CZ</u>) Blika z szynki wieprzowej duszona 100g (<u>GLUPSZ</u>) Sos własny () 100ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 150g (<u>GLU, PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami * 350ml (<u>GLU, PSZ, ME, SEL</u>) Kasza j. czarna/sypko 220g (<u>GLU, J, CZ</u>) Blika z szynki wieprzowej duszona 100g (<u>GLUPSZ</u>) Sos własny () 100ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 150g (<u>GLU, PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami * 350ml (<u>GLU, PSZ, ME, SEL</u>) Kaszottoj czienne z warzywami i selerem 300g (<u>SEL, GLU, J, CZ</u>) Sos własny () 100ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 150g (<u>GLU, PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Pieczarkowa z ziemniakami * () 350ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL, SOJ</u>) Kasza j. czarna/sypko 220g (<u>GLU, J, CZ</u>) Blika z szynki wieprzowej duszona 100g (<u>GLUPSZ</u>) Sos własny () 100ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 150g (<u>GLU, PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>							
		<p>Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Leczo z drobiem-dietla () 300g Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szyńka Piastowska- vip., w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szyńka drobiowa luksusowa z fileta- w dlna drobiowa parzona z dodatkami wody z pol. czonych kawalkówmi sa 60g (<u>SOJ, ME, md ezawiera: GLUPSZ, JAJ, GOR, SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Chleb razowy pszenno- żytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szyńka Piastowska- vip., w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml</p>							
		Kaldzia		<p>Sok owocowo-warzywny 300ml</p>		<p>Chleb razowy pszenno- żytni 30g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło extra 82% 5g (<u>ME</u>) Twaróg pdtłusty 20g (<u>ME</u>) Pomidor 15g</p>									
PN		<p>Warto energetyczna: 2630.97kcal; Białko ogółem 109.32g; Tłuszcz: 88.02g; Kw. tł. nasy.: 34.75g; W glowodany ogółem 358.01g; W tym cukry: 64.48g; Błonnik pok.: 25.25g; Sól: 8.15g</p>		<p>Warto energetyczna: 2323.55kcal; Białko ogółem 79.30g; Tłuszcz: 73.06g; Kw. tł. nasy.: 32.76g; W glowodany ogółem 352.06g; W tym cukry: 69.98g; Błonnik pok.: 32.85g; Sól: 7.92g</p>		<p>Warto energetyczna: 2366.62kcal; Białko ogółem 98.10g; Tłuszcz: 78.60g; Kw. tł. nasy.: 32.82g; W glowodany ogółem 331.47g; W tym cukry: 60.63g; Błonnik pok.: 21.13g; Sól: 7.56g</p>		<p>Warto energetyczna: 2064.50kcal; Białko ogółem 67.92g; Tłuszcz: 63.91g; Kw. tł. nasy.: 29.35g; W glowodany ogółem 320.57g; W tym cukry: 64.77g; Błonnik pok.: 23.49g; Sól: 6.94g</p>		<p>Warto energetyczna: 2225.10kcal; Białko ogółem 78.54g; Tłuszcz: 72.81g; Kw. tł. nasy.: 29.15g; W glowodany ogółem 315.79g; W tym cukry: 44.08g; Błonnik pok.: 18.89g; Sól: 4.93g</p>		<p>Warto energetyczna: 2213.25kcal; Białko ogółem 97.04g; Tłuszcz: 82.62g; Kw. tł. nasy.: 35.60g; W glowodany ogółem 284.54g; W tym cukry: 16.36g; Błonnik pok.: 29.25g; Sól: 10.20g</p>		<p>Warto energetyczna: 1911.13kcal; Białko ogółem 66.85g; Tłuszcz: 67.93g; Kw. tł. nasy.: 32.13g; W glowodany ogółem 273.64g; W tym cukry: 20.49g; Błonnik pok.: 31.60g; Sól: 9.58g</p>	

		L-MSWA 1 Podstawowa zestawII	L-MSWA 1 Podstawowa zestawII	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestawII	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestawII	L-MSWA 3Z ogr. tłuszczu zestawII	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gI zest I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gI zest II			
2026-03-04: rozb	niadane	<p>Platki owsiane na mleku 350ml (<u>ME, GLUQWY</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2szt (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Masło porjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Ser dty 60g (<u>ME</u>) Ogórek kiszony 60g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YI, GLUJ, CZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Platki owsiane na mleku 350ml (<u>ME, GLUQWY</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2szt (<u>GLU, PSZ, GLU, YI</u>) Masło porjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 80g (<u>ME</u>) Pomidor 60g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YI, GLUJ, CZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Platki owsiane na mleku 350ml (<u>ME, GLUQWY</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2szt (<u>GLU, PSZ, GLU, YI</u>) Masło porjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szyńka Piastowska- vp., w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YI, GLUJ, CZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350ml (<u>SEL, GLUQWY</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2szt (<u>GLU, PSZ, GLU, YI</u>) Masło porjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 80g (<u>ME</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350ml (<u>SEL, GLUQWY</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Masło porjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Ser dty 60g (<u>ME</u>) Ogórek kiszony 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml</p>	
	Obiad	<p>Krupnik j czmienny z ziemniakami*0) 350 ml (<u>ME, SEL, GLUJ, CZ</u>) Ziemniaki gotowane 0) 250g W tróбка drobiowa sma ona z cebulk 150g (<u>GLUPSZ</u>) Sos jarzynowy* 100ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) wikla z chrzanem 150g (<u>ME, SOJ</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Krupnik j czmienny z ziemniakami*0) 350 ml (<u>ME, SEL, GLUJ, CZ</u>) Ziemniaki gotowane 0) 250g Zrazik drobiowy z ud ca gotowany mielony 100g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos jogurtowy naturalny 100g (<u>ME</u>) Sos jarzynowy* 100ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Buraczki oprószane 0) 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Krupnik j czmienny z ziemniakami*0) 350 ml (<u>ME, SEL, GLUJ, CZ</u>) Ziemniaki gotowane 0) 250g Pierogi z serem- chłodzone 300g (<u>GLU, PSZ, JAJ, ME</u>) Sos jogurtowy naturalny 100g (<u>ME</u>) Jablko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Krupnik j czmienny z ziemniakami (bez mleka)*0) 350ml (<u>SEL, GLUJ, CZ</u>) Ziemniaki gotowane 0) 250g Zrazik drobiowy z ud ca gotowany mielony 100g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 100ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Buraczki oprószane 0) 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Krupnik j czmienny z ziemniakami*0) 350 ml (<u>ME, SEL, GLUJ, CZ</u>) Ziemniaki gotowane 0) 250g Pierogi z serem- chłodzone 300g (<u>GLU, PSZ, JAJ, ME</u>) Sos jogurtowy naturalny 100g (<u>ME</u>) Sos jarzynowy* 100ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) wikla z chrzanem b/c 150g (<u>ME, SOJ</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml</p>	
	Kolacja	<p>Chleb mieszaný pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Masło porjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 80g Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Chleb mieszaný pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Bułka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Bułka pszenna dluga krojona 100g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło porjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt</p>		<p>Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Masło porjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 80g Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml</p>			
	PN	<p>Mandarynka 1 szt Andruły 1 szt (<u>GLUPSZ</u>)</p>		<p>Mus z jablek pra onych 100g Andruły 1 szt (<u>GLUPSZ</u>)</p>		<p>Mus z jablek pra onych 100g Andruły 1 szt (<u>GLUPSZ</u>)</p>		<p>Chleb razowy pszenno- ytni 30g (<u>GLUPSZ, GLU, YI</u>) Masło extra 82% 5g (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 20g (<u>ME</u>) Pomidor 15g</p>			
		<p>Warto energetyczna: 2851,18kcal; Bialko ogdem 110,67g; Tluszcz: 99,49g; Kw tł. nasy.: 45,26g; W glowodany ogdem 392,14g; W tym cukry: 83,65g; Bionnik pok.: 28,76g; Sól: 8,07g</p>	<p>Warto energetyczna: 2889,65kcal; Bialko ogdem 110,89g; Tluszcz: 90,04g; Kw tł. nasy.: 44,44g; W glowodany ogdem 413,68g; W tym cukry: 92,50g; Bionnik pok.: 27,87g; Sól: 6,67g</p>	<p>Warto energetyczna: 2427,19kcal; Bialko ogdem 101,93g; Tluszcz: 63,67g; Kw tł. nasy.: 31,04g; W glowodany ogdem 372,11g; W tym cukry: 83,26g; Bionnik pok.: 24,38g; Sól: 6,34g</p>	<p>Warto energetyczna: 2627,25kcal; Bialko ogdem 111,57g; Tluszcz: 70,01g; Kw tł. nasy.: 32,52g; W glowodany ogdem 389,75g; W tym cukry: 93,34g; Bionnik pok.: 23,69g; Sól: 6,50g</p>	<p>Warto energetyczna: 2236,59kcal; Bialko ogdem 86,97g; Tluszcz: 53,67g; Kw tł. nasy.: 25,60g; W glowodany ogdem 360,21g; W tym cukry: 62,66g; Bionnik pok.: 21,29g; Sól: 5,59g</p>	<p>Warto energetyczna: 2210,02kcal; Bialko ogdem 86,82g; Tluszcz: 75,34g; Kw tł. nasy.: 40,14g; W glowodany ogdem 312,39g; W tym cukry: 20,64g; Bionnik pok.: 28,71g; Sól: 8,26g</p>	<p>Warto energetyczna: 2483,49kcal; Bialko ogdem 98,08g; Tluszcz: 82,20g; Kw tł. nasy.: 41,67g; W glowodany ogdem 345,37g; W tym cukry: 33,56g; Bionnik pok.: 29,17g; Sól: 6,93g</p>			

		L-MSWA 1 Podstawowa zestawII	L-MSWA 1 Podstawowa zestawII	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestawII	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestawII	L-MSWA 3Z ogr. tłuszczu zestawII	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gI zest I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gI zest II	
2026-03-05 czwartek	Naczenie	Zacierka na mleku 350ml (<u>GLUPSZ, ME</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z twarogu i cebuli 80g (<u>ME</u>) Papryka konserwowa 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Zacierka na mleku 350ml (<u>GLUPSZ, ME</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80g (<u>ME</u>) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Zacierka na wywarze jarzynowym 350ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80g (<u>ME</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt		Zacierka na wywarze jarzynowym 350ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z twarogu i cebuli 80g (<u>ME</u>) Papryka konserwowa 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami ()* 350ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL, GLU, YT</u>) Fasolka po breto sku 350g (<u>GLUPSZ, SOI, ME, SEL, GOR</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Surówka z marchwi i selera () 150g (<u>ME, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ()* 350ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL, GLU, YT</u>) Ziemniaki gotwane () 250g Pulpetry owy z włoszczyzn * 200g (<u>JAU, SEL</u>) Sos pomidorowy 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z marchwi i selera () 150g (<u>ME, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt Ma lanka 150ml (<u>ME</u>)	Ziemniaczana * () 350ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Risotto z mi sem wieprz i warzywami* 300g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z marchwi i selera () 150g (<u>ME, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Ziemniaczana * () 350ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Ziemniaki gotwane () 250g Pulpetry owy z włoszczyzn * 200g (<u>JAU, SEL</u>) Sos pomidorowy 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z marchwi i selera () 150g (<u>ME, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Ziemniaczana *(bez mleka) () 350ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Risotto z mi sem wieprz i warzywami* 300g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Cukinia pieczona * 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami ()* 350ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL, GLU, YT</u>) Risotto z ry emb r zowym mi sem wieprz i warzywami* 300g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z marchwi i selera b/c () 150g (<u>ME, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz biały z ziemniakami ()* 350ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL, GLU, YT</u>) Ziemniaki gotwane () 250g Pulpetry owy z włoszczyzn * 200g (<u>JAU, SEL</u>) Sos pomidorowy 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z marchwi i selera b/c () 150g (<u>ME, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka gotwana extra- vp z kawalkówmi sa vp. w dzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalkówmiesa 60g (<u>GLUPSZ, SOI, ME, md ezawiera : JAU, SEL, GOR, SOZ</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150g (<u>ME, SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt		Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka gotwana extra- vp z kawalkówmi sa vp. w dzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalkówmiesa 60g (<u>GLUPSZ, SOI, ME, md ezawiera : JAU, SEL, GOR, SOZ</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150g (<u>ME, SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt		Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka gotwana extra- vp z kawalkówmi sa vp. w dzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalkówmiesa 60g (<u>GLUPSZ, SOI, ME, md ezawiera : JAU, SEL, GOR, SOZ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt		Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szynka gotwana extra- vp z kawalkówmi sa vp. w dzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalkówmiesa 60g (<u>GLUPSZ, SOI, ME, md ezawiera : JAU, SEL, GOR, SOZ</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150g (<u>ME, SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>)		Jabłko pieczone 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>)	
		Warto energetyczna: 2586.45 kcal; Białko ogółem 93.16g; Tłuszcz: 76.08g; Kw tł. nasy.: 37.60g; W glowodany ogółem: 400.79g; W tym cukry: 89.81g; Błonnik pok.: 42.24g; Sól: 10.64g	Warto energetyczna: 2679.54 kcal; Białko ogółem 88.75g; Tłuszcz: 60.92g; Kw tł. nasy.: 33.87g; W glowodany ogółem: 460.21g; W tym cukry: 95.43g; Błonnik pok.: 36.69g; Sól: 9.07g	Warto energetyczna: 2373.11 kcal; Białko ogółem 90.79g; Tłuszcz: 71.43g; Kw tł. nasy.: 35.06g; W glowodany ogółem: 355.41g; W tym cukry: 90.75g; Błonnik pok.: 30.77g; Sól: 6.62g	Warto energetyczna: 2639.01 kcal; Białko ogółem 85.58g; Tłuszcz: 59.74g; Kw tł. nasy.: 32.71g; W glowodany ogółem: 455.83g; W tym cukry: 89.28g; Błonnik pok.: 34.95g; Sól: 8.10g	Warto energetyczna: 2065.17 kcal; Białko ogółem 76.36g; Tłuszcz: 61.85g; Kw tł. nasy.: 30.09g; W glowodany ogółem: 309.31g; W tym cukry: 67.56g; Błonnik pok.: 20.92g; Sól: 5.82g	Warto energetyczna: 2078.38 kcal; Białko ogółem 80.34g; Tłuszcz: 66.84g; Kw tł. nasy.: 32.46g; W glowodany ogółem: 302.73g; W tym cukry: 49.60g; Błonnik pok.: 37.86g; Sól: 7.40g	Warto energetyczna: 2341.88 kcal; Białko ogółem 75.01g; Tłuszcz: 54.25g; Kw tł. nasy.: 29.90g; W glowodany ogółem: 406.09g; W tym cukry: 47.76g; Błonnik pok.: 38.25g; Sól: 8.88g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-25 do dnia 2026-03-06 KUCHNIA LUBLIN USD

		L-MSWA 1 Podstawowa zestawII	L-MSWA 1 Podstawowa zestawII	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestawII	L-MSWA 2 Łatwo strawna zestawII	L-MSWA 3Z ogr. tłuszczu zestawII	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest I	L-MSWA 6Z ogr. łatwo przysw w gl zest II	
2026-03-06 piątek	niadanie	Placki kukurydziane na mleku 350ml (<u>ME</u>) Bułka ma lana 50g 2szt (<u>GLUPSZ, JAJ, ME</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) D em 25g 1szt Twardy półtłusty 50g (<u>ME</u>) Jabłko 1 szt 1szt Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLU, CZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt				Placki pszenne na wywarze jarzynowym 350ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Bułka ma lana 50g 2szt (<u>GLUPSZ, JAJ, ME</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) D em 25g 1szt Twardy półtłusty 50g (<u>ME</u>) Jabłko pieczone 1szt 1szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt		Placki pszenne na wywarze jarzynowym 350ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Filet zapiekany drobiowy 60g (<u>ME</u>) Jabłko 1 szt 1szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 350ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Ryba pieczona (Marszczuk) 100g (<u>RIB</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Dyniowa z makaronem* 350ml (<u>GLU, PSZ, ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Filet z kurczaka gotowany 100g Surówka z marchwi i jabłka () 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Dyniowa z makaronem* 350ml (<u>GLU, PSZ, ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Ryba pieczona (Marszczuk) 100g (<u>RIB</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Dyniowa z makaronem* 350ml (<u>GLU, PSZ, ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Filet z kurczaka gotowany 100g Surówka z marchwi i jabłka () 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 350ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Ryba pieczona (Marszczuk) 100g (<u>RIB</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150g (<u>GLU, PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Fasolowa z ziemniakami * 350ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Ryba pieczona (Marszczuk) 100g (<u>RIB</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Dyniowa z makaronem* 350ml (<u>GLU, PSZ, ME, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250g Filet z kurczaka gotowany 100g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	
	Kolecja	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Chleb razowy pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 80g (<u>JAJ, ME</u>) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bułka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 80g (<u>JAJ, ME</u>) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt				Bułka pszenna dluga krojona 100g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Szytnka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60g (<u>ME, md, e zamiera : GLUPSZ, JAJ, SOL, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Cukier 5g (saszetka) 2 Por x 1 szt	Chleb razowy pszenno- ytni 100g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 80g (<u>JAJ, ME</u>) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	
	PN	Sok pomara czowy 0,2L-kartonik 1 szt Podplomyki b/c 20g (<u>GLUPSZ, ME</u>)						Chleb razowy pszenno- ytni 30g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło extra 82% 5g (<u>ME</u>) Twardy półtłusty 20g (<u>ME</u>) Pomidor 15g	
		Warto energetyczna: 2721,97 kcal; Białko ogółem 110,38g; Tłuszcz: 78,21g; Kw tł. nasy.: 34,63g; W glowodany ogółem 405,13g; W tym cukry: 118,20g; Błonnik pok.: 29,94g; Sól: 5,21g	Warto energetyczna: 2544,04 kcal; Białko ogółem 108,08g; Tłuszcz: 67,30g; Kw tł. nasy.: 33,53g; W glowodany ogółem 389,10g; W tym cukry: 119,38g; Błonnik pok.: 24,92g; Sól: 4,98g	Warto energetyczna: 2630,31 kcal; Białko ogółem 106,11g; Tłuszcz: 74,80g; Kw tł. nasy.: 34,47g; W glowodany ogółem 390,35g; W tym cukry: 119,48g; Błonnik pok.: 24,17g; Sól: 4,89g	Warto energetyczna: 2553,54 kcal; Białko ogółem 108,63g; Tłuszcz: 67,40g; Kw tł. nasy.: 33,52g; W glowodany ogółem 390,35g; W tym cukry: 119,48g; Błonnik pok.: 24,17g; Sól: 4,65g	Warto energetyczna: 2331,49 kcal; Białko ogółem 94,74g; Tłuszcz: 64,36g; Kw tł. nasy.: 27,42g; W glowodany ogółem 351,52g; W tym cukry: 88,48g; Błonnik pok.: 21,63g; Sól: 4,58g	Warto energetyczna: 2225,99 kcal; Białko ogółem 105,22g; Tłuszcz: 68,93g; Kw tł. nasy.: 32,16g; W glowodany ogółem 314,38g; W tym cukry: 35,85g; Błonnik pok.: 36,02g; Sól: 7,79g	Warto energetyczna: 2048,07 kcal; Białko ogółem 97,92g; Tłuszcz: 58,03g; Kw tł. nasy.: 31,06g; W glowodany ogółem 298,35g; W tym cukry: 37,04g; Błonnik pok.: 31,01g; Sól: 7,57g	

Oznaczeniawska nikówod .:

Warto energetyczna - Warto energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
W glowodany ogółem - W glowodany 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 w glowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,