

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 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
2026-01-26 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>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	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Solferino * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Solferino * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Solferino (bez mleka)*() 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowo-porczezkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowo-porczezkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt			Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g		
			Wartość energetyczna: 2698.90 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 78.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 406.60 g; W tym cukry: 99.00 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2554.53 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 81.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 376.38 g; W tym cukry: 82.65 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2510.25 kcal; Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 30.24 g; Węglowodany ogółem: 387.78 g; W tym cukry: 99.13 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 5.08 g;	Wartość energetyczna: 2396.03 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz: 73.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 363.27 g; W tym cukry: 88.49 g; Błonnik pok.: 19.60 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2161.57 kcal; Białko ogółem: 58.98 g; Tłuszcz: 54.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; W tym cukry: 92.80 g; Błonnik pok.: 16.41 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2077.53 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 285.97 g; W tym cukry: 14.37 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 7.43 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 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	
2026-01-27 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Makrela wędzona 120 g 120 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Makrela wędzona 120 g 80 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 220 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Kapuśniak z kapusty 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>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane () 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 gryczana 220 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 220 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 4 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, 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>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	
			Wartość energetyczna: 2976.77 kcal; Białko ogółem: 128.21 g; Tłuszcz: 114.15 g; Kw. tł. nasy.: 41.98 g; Węglowodany ogółem: 370.77 g; W tym cukry: 95.65 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 15.27 g;	Wartość energetyczna: 2680.98 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 90.12 g; Kw. tł. nasy.: 36.57 g; Węglowodany ogółem: 385.12 g; W tym cukry: 103.85 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 13.79 g;	Wartość energetyczna: 2475.74 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 85.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 345.34 g; W tym cukry: 66.27 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2320.68 kcal; Białko ogółem: 76.59 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 358.79 g; W tym cukry: 74.67 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 9.12 g;	Wartość energetyczna: 2176.24 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 325.67 g; W tym cukry: 68.79 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2151.84 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 81.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.62 g; Węglowodany ogółem: 277.59 g; W tym cukry: 21.89 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 10.79 g;	Wartość energetyczna: 2063.49 kcal; Białko ogółem: 70.84 g; Tłuszcz: 74.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 290.03 g; W tym cukry: 26.63 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 10.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 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	
2026-01-28 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt						Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Ryż 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet z jaj-pieczony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml					
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 140 g (<u>SOJ</u>) Musztarda 15 g (<u>GOR</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt						Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt						Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Pomidor 15 g					
Wartość energetyczna: 3034.49 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 120.59 g; Kw. tł. nasy.: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 388.85 g; W tym cukry: 89.91 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 11.19 g;		Wartość energetyczna: 2927.97 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 105.94 g; Kw. tł. nasy.: 44.24 g; Węglowodany ogółem: 385.79 g; W tym cukry: 89.49 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 11.36 g;		Wartość energetyczna: 2697.40 kcal; Białko ogółem: 115.33 g; Tłuszcz: 76.77 g; Kw. tł. nasy.: 36.54 g; Węglowodany ogółem: 391.71 g; W tym cukry: 92.37 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 6.45 g;		Wartość energetyczna: 2697.40 kcal; Białko ogółem: 97.11 g; Tłuszcz: 84.62 g; Kw. tł. nasy.: 39.13 g; Węglowodany ogółem: 392.31 g; W tym cukry: 92.37 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 6.46 g;		Wartość energetyczna: 2369.50 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 349.31 g; W tym cukry: 58.09 g; Błonnik pok.: 20.35 g; Sól: 7.24 g;		Wartość energetyczna: 2102.89 kcal; Białko ogółem: 100.18 g; Tłuszcz: 63.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 294.27 g; W tym cukry: 29.86 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 9.01 g;		Wartość energetyczna: 2388.07 kcal; Białko ogółem: 90.88 g; Tłuszcz: 87.82 g; Kw. tł. nasy.: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 320.31 g; W tym cukry: 29.82 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 9.55 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 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
2026-01-29 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02 ,) Papryka konserwowa 70 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02 ,) Sałata zielona 25 g Papryka konserwowa 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02 ,) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02 ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL ,) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02 ,) Papryka konserwowa 70 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL ,) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02 ,) Sałata zielona 25 g Papryka konserwowa 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (JAJ ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ ,) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (SEL ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron 200 g (GLU PSZ ,) Twaróg półtłusty 70 g (MLE ,) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron 200 g (GLU PSZ ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL ,) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron 200 g (GLU PSZ ,) Twaróg półtłusty 70 g (MLE ,) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL ,) Makaron 200 g (GLU PSZ ,) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL ,) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) b/c 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (JAJ ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ ,) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) b/c 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ ,) Twaróg półtłusty 70 g (MLE ,) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Paszтет z ciecierzycy* 80 g (GLU PSZ, JAJ ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02 ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02 ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02 ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE ,) Paszтет z ciecierzycy* 80 g (GLU PSZ, JAJ ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
PN	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)					Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)	
	Wartość energetyczna: 2782.52 kcal; Białko ogółem: 78.46 g; Tłuszcz: 86.40 g; Kw. tł. nasy.: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 424.90 g; W tym cukry: 117.95 g; Błonnik pok.: 38.70 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2636.39 kcal; Białko ogółem: 73.10 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 414.31 g; W tym cukry: 119.29 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 2453.45 kcal; Białko ogółem: 79.64 g; Tłuszcz: 74.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 366.27 g; W tym cukry: 104.85 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2425.06 kcal; Białko ogółem: 72.69 g; Tłuszcz: 60.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 392.57 g; W tym cukry: 118.65 g; Błonnik pok.: 18.12 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2296.13 kcal; Białko ogółem: 78.05 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 343.92 g; W tym cukry: 76.35 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sól: 5.28 g;	Wartość energetyczna: 2378.81 kcal; Białko ogółem: 68.91 g; Tłuszcz: 80.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 347.44 g; W tym cukry: 47.82 g; Błonnik pok.: 39.86 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2234.25 kcal; Białko ogółem: 64.11 g; Tłuszcz: 68.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 332.01 g; W tym cukry: 53.84 g; Błonnik pok.: 31.40 g; Sól: 5.25 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 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
2026-01-30 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Rogal maślany 50g. 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) 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>) Rogal maślany 50g. 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Ryżowa (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka żydowska z olejem () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka żydowska 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>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU 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>) 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	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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)				Mus z jabłek prażonych 100 g 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>) Salata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 2616.69 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 385.32 g; W tym cukry: 108.35 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 2578.49 kcal; Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 78.40 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 385.32 g; W tym cukry: 108.35 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2597.12 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.70 g; Węglowodany ogółem: 384.14 g; W tym cukry: 104.74 g; Błonnik pok.: 14.73 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 2558.92 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 384.14 g; W tym cukry: 104.74 g; Błonnik pok.: 14.73 g; Sól: 4.25 g;	Wartość energetyczna: 2344.60 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 61.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 366.50 g; W tym cukry: 75.20 g; Błonnik pok.: 13.88 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2079.13 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 75.28 g; Kw. tł. nasy.: 36.20 g; Węglowodany ogółem: 263.19 g; W tym cukry: 16.18 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2040.93 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 74.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 263.19 g; W tym cukry: 16.18 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sól: 8.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 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
2026-01-31 sobota	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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</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>) 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	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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 220 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 220 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 220 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 220 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószane (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ,</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>) Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ,</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 tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu i marchewki 50 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PZ	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 15 g	
		Wartość energetyczna: 2240.47 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 61.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 354.12 g; W tym cukry: 97.84 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sól: 7.39 g;		Wartość energetyczna: 2249.97 kcal; Białko ogółem: 82.71 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 355.37 g; W tym cukry: 97.94 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 7.06 g;		Wartość energetyczna: 2081.64 kcal; Białko ogółem: 68.91 g; Tłuszcz: 54.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 328.75 g; W tym cukry: 74.10 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 1885.58 kcal; Białko ogółem: 74.47 g; Tłuszcz: 57.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 280.08 g; W tym cukry: 25.54 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 7.75 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 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
2026-02-01 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Kielbasa Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Kielbasa Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Schab gotowany 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) 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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2592.64 kcal; Białko ogółem: 100.79 g; Tłuszcz: 93.06 g; Kw. tł. nasy.: 45.37 g; Węglowodany ogółem: 353.76 g; W tym cukry: 83.52 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2340.63 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 33.73 g; Węglowodany ogółem: 335.85 g; W tym cukry: 83.27 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2186.93 kcal; Białko ogółem: 97.66 g; Tłuszcz: 62.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 320.36 g; W tym cukry: 68.52 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2153.71 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasy.: 41.65 g; Węglowodany ogółem: 288.50 g; W tym cukry: 39.56 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 9.24 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 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		
2026-02-02 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 2 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 2 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Ryżowa (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150 g (<u>MLE, S02.</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>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ogórek konserwowy 60 g (<u>GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 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>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Ogórek konserwowy 60 g (<u>GOR.</u>)		Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2450.08 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 363.87 g; W tym cukry: 107.26 g; Błonnik pok.: 17.66 g; Sól: 10.43 g;	Wartość energetyczna: 2323.48 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 72.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 322.73 g; W tym cukry: 67.74 g; Błonnik pok.: 22.17 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2450.10 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 70.30 g; Kw. tł. nasy.: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 362.62 g; W tym cukry: 104.98 g; Błonnik pok.: 17.26 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2317.92 kcal; Białko ogółem: 104.27 g; Tłuszcz: 71.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 324.45 g; W tym cukry: 72.17 g; Błonnik pok.: 19.74 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2196.10 kcal; Białko ogółem: 83.85 g; Tłuszcz: 60.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 334.69 g; W tym cukry: 83.57 g; Błonnik pok.: 13.96 g; Sól: 10.48 g;	Wartość energetyczna: 2094.71 kcal; Białko ogółem: 99.59 g; Tłuszcz: 70.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 272.58 g; W tym cukry: 24.70 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 1988.27 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 277.65 g; W tym cukry: 40.72 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 8.09 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 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
2026-02-03 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i jabłka () b/c 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i jabłka () b/c 150 g (<u>MLE, 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 drobiem-dieta () 300 g 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 80 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlna drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Sok owocowo-warzywny 300 ml						Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>) Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2630.97 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 358.01 g; W tym cukry: 64.48 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2323.55 kcal; Białko ogółem: 79.30 g; Tłuszcz: 73.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 352.06 g; W tym cukry: 69.98 g; Błonnik pok.: 32.85 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2385.94 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.82 g; Węglowodany ogółem: 331.60 g; W tym cukry: 60.74 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2083.82 kcal; Białko ogółem: 71.70 g; Tłuszcz: 64.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 320.70 g; W tym cukry: 64.87 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2225.10 kcal; Białko ogółem: 78.54 g; Tłuszcz: 72.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 315.79 g; W tym cukry: 44.08 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2232.57 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 284.67 g; W tym cukry: 16.46 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 10.74 g;	Wartość energetyczna: 1930.45 kcal; Białko ogółem: 70.63 g; Tłuszcz: 68.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 273.76 g; W tym cukry: 20.60 g; Błonnik pok.: 31.60 g; Sól: 10.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 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
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 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 Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cwikła z chrzanem 150 g (<u>MLE, S02.</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>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 jarzynowy * 100 ml (<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	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 jarzynowy * 100 ml (<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	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 jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 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>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
PN	Mandarynka 150 g Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)				Mus z jabłek prażonych 100 g Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g	
	Wartość energetyczna: 2744.50 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 91.78 g; Kw. tł. nasy.: 43.90 g; Węglowodany ogółem: 393.14 g; W tym cukry: 87.55 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2912.15 kcal; Białko ogółem: 111.19 g; Tłuszcz: 90.14 g; Kw. tł. nasy.: 44.46 g; Węglowodany ogółem: 419.28 g; W tym cukry: 97.10 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2449.69 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 63.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 377.71 g; W tym cukry: 87.86 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2649.75 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 70.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 395.35 g; W tym cukry: 97.94 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2236.59 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 53.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.60 g; Węglowodany ogółem: 360.21 g; W tym cukry: 62.66 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2210.02 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 75.34 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 312.39 g; W tym cukry: 20.64 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2483.49 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 82.20 g; Kw. tł. nasy.: 41.67 g; Węglowodany ogółem: 345.37 g; W tym cukry: 33.56 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 6.93 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,