

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Podstawowa | BIAL- USK Łatwo strawna | BIAL- USK Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) | BIAL- USK Bezmleczna | BIAL- USK Vegetariańska | BIAL- USK Bezglutenowa | BIAL- USK Bogatobiałkowa | |
|-------------------------|--|--|---|---|--|--|--|---|
| 2025-02-17 poniedziałek | Śniadanie | Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 50 g (RYB, MLE) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podłaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 50 g (RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 50 g (RYB, MLE) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podłaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 50 g (RYB, SEL) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paszтет z fasoli* 50 g (GLU PSZ, JAJ) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 50 g (RYB, MLE) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet z indyka gotowany 50 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podłaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 50 g (RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | | II ŚN | | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 30 g | | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g |
| Obiad | Jarzynowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Jarzynowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Fasolka szparagowa z wodą* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu) (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (MLE) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Jarzynowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (MLE) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Jarzynowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | |
| | PD | Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) | | | | Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) | | |
| Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podłaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podłaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podłaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podłaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podłaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | |
| | PN | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodana 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt |
| | Wartość energetyczna: 2509.35 kcal; Białko ogółem: 113.87 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 377.13 g; W tym cukry: 105.12 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 8.43 g; | Wartość energetyczna: 2356.08 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 53.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 375.34 g; W tym cukry: 102.56 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 7.46 g; | Wartość energetyczna: 2279.38 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 336.37 g; W tym cukry: 49.13 g; Błonnik pok.: 34.95 g; Sól: 8.21 g; | Wartość energetyczna: 2237.46 kcal; Białko ogółem: 100.79 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 13.78 g; Węglowodany ogółem: 350.29 g; W tym cukry: 59.73 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sól: 9.86 g; | Wartość energetyczna: 2624.51 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 394.52 g; W tym cukry: 107.41 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 7.64 g; | Wartość energetyczna: 2355.89 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 70.90 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 350.16 g; W tym cukry: 88.19 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 5.38 g; | Wartość energetyczna: 2836.24 kcal; Białko ogółem: 130.50 g; Tłuszcz: 75.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 430.65 g; W tym cukry: 110.55 g; Błonnik pok.: 35.86 g; Sól: 10.65 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Podstawowa | BIAL- USK Łatwo strawna | BIAL- USK Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) | BIAL- USK Bezmleczna | BIAL- USK Wegetariańska | BIAL- USK Bezglutenowa | BIAL- USK Bogatobiałkowa | |
|-------------------|----------------------|--|---|---|---|---|---|--|
| 2025-02-18 wtorek | Śniadanie | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | | II SN | | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Pomidor 30 g Sałata zielona 10 g | | | | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) |
| | Obiad | Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Bitka schabowa 90 g (GLU PSZ, SEL) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Marchew z groszkiem (*) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Bitka schabowa 90 g (GLU PSZ, SEL) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Bitka schabowa 90 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Bitka schabowa 90 g (GLU PSZ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Gulasz warzywny z ciecierzyką* 150 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Solferino (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Bitka schabowa (bez glutenu) 90 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Dymna z wody 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Bitka schabowa 90 g (GLU PSZ, SEL) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | | PD | | Gruszka 1szt. 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) | | | | Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE) |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (SEL) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* dieta 130 g (SEL) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (SEL) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* dieta 130 g (SEL) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 200 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* dieta 130 g (SEL) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* dieta 130 g (SEL) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |
| | | PN | Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt | | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wprzowa.wędzona.parzona z wodą dodaną 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g | Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt | | Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g |
| | | Wartość energetyczna: 2521.73 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 365.58 g; W tym cukry: 82.45 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sól: 9.55 g; | Wartość energetyczna: 2593.49 kcal; Białko ogółem: 110.96 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 375.84 g; W tym cukry: 86.76 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 7.42 g; | Wartość energetyczna: 2480.43 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 78.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 343.03 g; W tym cukry: 46.16 g; Błonnik pok.: 43.41 g; Sól: 10.98 g; | Wartość energetyczna: 2302.58 kcal; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 356.98 g; W tym cukry: 67.88 g; Błonnik pok.: 23.75 g; Sól: 7.60 g; | Wartość energetyczna: 2495.13 kcal; Białko ogółem: 88.78 g; Tłuszcz: 75.61 g; Kw. tł. nasy.: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 378.23 g; W tym cukry: 81.58 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 8.46 g; | Wartość energetyczna: 2127.42 kcal; Białko ogółem: 69.23 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 17.47 g; Węglowodany ogółem: 332.60 g; W tym cukry: 66.76 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sól: 3.49 g; | Wartość energetyczna: 3159.16 kcal; Białko ogółem: 134.89 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 466.87 g; W tym cukry: 139.39 g; Błonnik pok.: 25.92 g; Sól: 8.48 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Podstawowa | BIAL- USK Łatwo strawna | BIAL- USK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) | BIAL- USK Bezmleczna | BIAL- USK Wegetariańska | BIAL- USK Bezglutenowa | BIAL- USK Bogatobiałkowa | | | | | | |
|------------------|----------------------|---|--|---|---|--|---|--|---|---|--|---|--|
| 2025-02-19 środa | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salatka meksykańska z fasolą 150 g (JAJ, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rolada z łopatkı więprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salatka meksykańska z fasolą 150 g (JAJ, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rolada z łopatkı więprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, SEL, GLU OW, GLU ŻYT.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Rolada z łopatkı więprzowej 50 g Salatka meksykańska z fasolą (z olejem) 150 g (SEL.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g Rolada z łopatkı więprzowej 50 g Salatka meksykańska z fasolą (z olejem) 150 g (SEL.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rolada z łopatkı więprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | | | | | |
| | | II SN | | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiew biała 30 g Salata zielona 10 g | | | | Koktajl bananowo-dyjniowy 200 ml (MLE.) | | | | | |
| 2025-02-19 środa | Obiad | Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy z indyka 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlety z brokuła* 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | | | | | |
| | | PD | | Jabłko 1 szt 1 szt Maślanka 150 ml (MLE.) | | | | Jabłko 1 szt 1 szt Maślanka 150 ml (MLE.) | | | | | |
| 2025-02-19 środa | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Pyzdra schabowa-wędzonka więprzowa schab więprzowy-wędzony parzony. 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Twarożek 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Twarożek 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | | | | | | |
| | | PN | Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek kiszony 50 g | Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt | Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt | Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt | Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt | Wartość energetyczna: 2708.92 kcal; Białko ogółem: 109.89 g; Tłuszcz: 80.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 395.83 g; W tym cukry: 81.83 g; Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 9.16 g; | Wartość energetyczna: 2420.54 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 56.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 90.79 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 8.62 g; | Wartość energetyczna: 2365.66 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; Tłuszcz: 67.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 349.92 g; W tym cukry: 49.20 g; Błonnik pok.: 36.46 g; Sól: 10.29 g; | Wartość energetyczna: 2210.34 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 45.69 g; Kw. tł. nasy.: 11.32 g; Węglowodany ogółem: 351.05 g; W tym cukry: 72.79 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 8.24 g; | Wartość energetyczna: 2826.96 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 98.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 404.95 g; W tym cukry: 91.28 g; Błonnik pok.: 35.81 g; Sól: 7.50 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Podstawowa | BIAL- USK Łatwo strawna | BIAL- USK Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) | BIAL- USK Bezmleczna | BIAL- USK Wegetariańska | BIAL- USK Bezglutenowa | BIAL- USK Bogatobiałkowa | |
|------------------------|----------------------|--|---|---|---|--|--|---|
| 2025-02-20 czwartek | Sniadanie | Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g Sałatka jarzynowa* 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Sałatka jarzynowa* 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Sałata jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | | II ŚN | | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodana. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 30 g Sałata zielona 10 g | | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodana. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g |
| 2025-02-20 czwartek | Obiad | Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mandarynka 2 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Klopsik wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i selera z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Surówka z marchwi i selera z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | | PD | | Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) | | | | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) |
| 2025-02-20 czwartek | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | |
| | | PN | Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodana. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g | Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g | Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt | Chrupki kukurydziane 20 g Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt | Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt |
| | | Wartość energetyczna: 2779.61 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz: 92.79 g; Kw. tł. nasy.: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 402.36 g; W tym cukry: 100.73 g; Błonnik pok.: 35.50 g; Sól: 11.28 g; | Wartość energetyczna: 2689.81 kcal; Białko ogółem: 99.21 g; Tłuszcz: 79.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 408.74 g; W tym cukry: 93.61 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 8.62 g; | Wartość energetyczna: 2457.39 kcal; Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 73.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 358.66 g; W tym cukry: 55.84 g; Błonnik pok.: 42.16 g; Sól: 9.48 g; | Wartość energetyczna: 2417.48 kcal; Białko ogółem: 86.48 g; Tłuszcz: 74.18 g; Kw. tł. nasy.: 13.34 g; Węglowodany ogółem: 371.98 g; W tym cukry: 76.34 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sól: 7.21 g; | Wartość energetyczna: 2678.31 kcal; Białko ogółem: 88.61 g; Tłuszcz: 88.20 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 401.16 g; W tym cukry: 97.24 g; Błonnik pok.: 38.13 g; Sól: 7.68 g; | Wartość energetyczna: 2416.35 kcal; Białko ogółem: 83.52 g; Tłuszcz: 73.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 364.89 g; W tym cukry: 85.37 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 2.85 g; | Wartość energetyczna: 3168.42 kcal; Białko ogółem: 123.76 g; Tłuszcz: 94.05 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 476.08 g; W tym cukry: 130.78 g; Błonnik pok.: 36.47 g; Sól: 10.20 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Podstawowa | BIAL- USK Łatwo strawna | BIAL- USK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) | BIAL- USK Bezmleczna | BIAL- USK Wegetariańska | BIAL- USK Bezglutenowa | BIAL- USK Bogatobiałkowa | |
|-------------------|----------------------|---|---|---|---|--|--|---|
| 2025-02-21 piątek | Śniadanie | Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Ser topiony 25g 2 szt (MLE) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Ryba faszerowana (dorsz)(bez glutenu) 50 g (JAJ, RYB) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Ser topiony 25g 2 szt (MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | | II ŚN | | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 30 g Sałata zielona 10 g | | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g |
| 2025-02-21 piątek | Obiad | Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | | PD | | Jabłko 1 szt 1 szt Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL) | | | | Koktajl wielowocowy* 200 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt |
| 2025-02-21 piątek | Kolejca | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Dżem 25g 2 szt Sałata zielona 10 g Jabłko 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Dżem 25g 2 szt Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Hummus 50 g (SEZ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Hummus 50 g (SEZ) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Dżem 25g 2 szt Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Zacierka na napoju sojowym 300 ml (GLU PSZ, SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Dżem 25g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | |
| | | PN | Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Sałata zielona 10 g | Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt | Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) | Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) | Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 30 g |
| | | Wartość energetyczna: 2579.55 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; Tłuszcz: 75.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 388.09 g; W tym cukry: 112.91 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 7.75 g; | Wartość energetyczna: 2394.02 kcal; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 55.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 379.81 g; W tym cukry: 112.67 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sól: 6.53 g; | Wartość energetyczna: 2317.18 kcal; Białko ogółem: 107.11 g; Tłuszcz: 68.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; Węglowodany ogółem: 332.61 g; W tym cukry: 50.66 g; Błonnik pok.: 33.75 g; Sól: 12.52 g; | Wartość energetyczna: 2252.27 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 58.29 g; Kw. tł. nasy.: 11.44 g; Węglowodany ogółem: 352.02 g; W tym cukry: 77.42 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sól: 6.91 g; | Wartość energetyczna: 2533.30 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; Węglowodany ogółem: 381.85 g; W tym cukry: 108.41 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sól: 7.96 g; | Wartość energetyczna: 2201.09 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 57.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 334.56 g; W tym cukry: 94.71 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 3.42 g; | Wartość energetyczna: 2930.03 kcal; Białko ogółem: 138.48 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 447.01 g; W tym cukry: 129.16 g; Błonnik pok.: 35.52 g; Sól: 8.05 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Podstawowa | BIAL- USK Łatwo strawna | BIAL- USK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) | BIAL- USK Bezmleczna | BIAL- USK Wegetariańska | BIAL- USK Bezglutenowa | BIAL- USK Bogatobiałkowa |
|-------------------|--|--|--|--|--|--|---|
| 2025-02-22 sobota | Śniadanie | Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Hummus 50 g (SEZ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | | II ŚN | | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodana. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g Pomidor 30 g | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodana. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g |
| Obiad | Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU PSZ) Salatka z buraczków i jabłki z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza gryczana 200 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Salatka z buraczków i jabłki z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | | Pomarańcza 150 g Maślanka 150 ml (MLE) | | | | Serek homo. naturalny 150 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt |
| Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Pasta z twarogu i rzodkwi białej 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Pasta z twarogu i rzodkwi białej 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa debowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i rzodkwi białej 50 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet z kurczaka gotowany 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |
| | PN | Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g | Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g |
| | Wartość energetyczna: 2636.32 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 86.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 372.67 g; W tym cukry: 70.92 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 11.45 g; | Wartość energetyczna: 2397.13 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 63.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 365.93 g; W tym cukry: 83.36 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 9.61 g; | Wartość energetyczna: 2433.56 kcal; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 75.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 347.78 g; W tym cukry: 49.80 g; Błonnik pok.: 38.31 g; Sól: 10.43 g; | Wartość energetyczna: 2198.58 kcal; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 48.24 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; Węglowodany ogółem: 342.46 g; W tym cukry: 63.00 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 9.76 g; | Wartość energetyczna: 2858.43 kcal; Białko ogółem: 115.73 g; Tłuszcz: 83.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 417.28 g; W tym cukry: 81.02 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 8.67 g; | Wartość energetyczna: 2271.02 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 62.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 345.56 g; W tym cukry: 76.69 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 4.87 g; | Wartość energetyczna: 2965.47 kcal; Białko ogółem: 151.90 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 437.71 g; W tym cukry: 110.45 g; Błonnik pok.: 34.06 g; Sól: 11.08 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Podstawowa | BIAL- USK Łatwo strawna | BIAL- USK Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) | BIAL- USK Bezmleczna | BIAL- USK Wegetariańska | BIAL- USK Bezglutenowa | BIAL- USK Bogatobiałkowa | |
|----------------------|--|---|--|---|---|--|--|--|
| 2025-02-23 niedziela | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Twarożek na słodko 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Twarożek 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Miód (25g) 2 szt Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser topiony 25g 2 szt (MLE.) Paszlet z fasoli* 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Twarożek na słodko 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Twarożek na słodko 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | | II SN | | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 30 g | | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g |
| 2025-02-23 niedziela | Obiad | Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Kotlety sojowe 90 g (SOJ.) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | | PD | | Wafle ryżowe 30 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) | | | | Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) |
| 2025-02-23 niedziela | Kolejacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszlet z ciecierzycy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | |
| | | PN | Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) | Chleb żytni razowy 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodana 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g | Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.) | Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) | Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g | Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) |
| | Wartość energetyczna: 2611.12 kcal; Białko ogółem: 134.24 g; Tłuszcz: 88.14 g; Kw. tł. nasy.: 38.37 g; Węglowodany ogółem: 332.06 g; W tym cukry: 79.58 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sól: 7.80 g; | Wartość energetyczna: 2481.43 kcal; Białko ogółem: 131.15 g; Tłuszcz: 74.06 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 329.89 g; W tym cukry: 73.57 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 6.93 g; | Wartość energetyczna: 2454.44 kcal; Białko ogółem: 130.88 g; Tłuszcz: 75.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 325.57 g; W tym cukry: 33.08 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 8.42 g; | Wartość energetyczna: 2306.73 kcal; Białko ogółem: 107.79 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.44 g; Węglowodany ogółem: 346.18 g; W tym cukry: 51.90 g; Błonnik pok.: 18.49 g; Sól: 10.29 g; | Wartość energetyczna: 2498.15 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 366.81 g; W tym cukry: 82.20 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sól: 5.31 g; | Wartość energetyczna: 2424.69 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 82.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 303.98 g; W tym cukry: 67.51 g; Błonnik pok.: 16.32 g; Sól: 3.40 g; | Wartość energetyczna: 2917.97 kcal; Białko ogółem: 153.78 g; Tłuszcz: 87.57 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 387.39 g; W tym cukry: 93.70 g; Błonnik pok.: 21.25 g; Sól: 8.68 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAŁ- USK Bogatobiakowa bezmleczna | BIAŁ- USK Niskobiakowa | BIAŁ- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa) | BIAŁ- USK Niskosodowa | BIAŁ- USK Bogatoresztkowa | BIAŁ- USK Z ogr.tł.(wałtrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd. | BIAŁ- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren) | |
|-------------------------|------------------------------------|---|--|---|---|---|--|---|
| 2025-02-17 poniedziałek | Śniadanie | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 50 g (RYB, SEL., może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Dżem 25 g 2 szt Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 30 g (RYB, SEL., może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 100 g (RYB, SEL., może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 50 g (RYB, MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 50 g (RYB, SEL., może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren śniadanie 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mleko 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) | |
| | | II ŚN | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | Dren śniadanie 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) | |
| 2025-02-17 poniedziałek | Obiad | Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Jarzynowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Jarzynowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml |
| | | PD | Jabłko 1 szt 1 szt | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Dren II () 250 ml | |
| 2025-02-17 poniedziałek | Kolacja | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a/a homogenizowany 30 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Rolada z łopatkki wieprzowej 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Rolada z łopatkki wieprzowej (bez soli) 50 g Serek a/a homogenizowany 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Piersz gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser zółty 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Serek a/a homogenizowany 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml |
| | | PN | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) |
| | | Wartość energetyczna: 2529.77 kcal; Białko ogółem: 109.65 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 406.25 g; W tym cukry: 76.69 g; Błonnik pok.: 39.20 g; Sól: 11.27 g; | Wartość energetyczna: 2204.78 kcal; Białko ogółem: 67.00 g; Tłuszcz: 41.40 g; Kw. tł. nasy.: 11.76 g; Węglowodany ogółem: 408.33 g; W tym cukry: 101.91 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 6.37 g; | Wartość energetyczna: 2174.00 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 10.71 g; Węglowodany ogółem: 352.19 g; W tym cukry: 62.98 g; Błonnik pok.: 33.38 g; Sól: 6.35 g; | Wartość energetyczna: 2441.69 kcal; Białko ogółem: 106.06 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 378.29 g; W tym cukry: 104.10 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 6.23 g; | Wartość energetyczna: 2576.82 kcal; Białko ogółem: 121.09 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 373.48 g; W tym cukry: 75.77 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 9.46 g; | Wartość energetyczna: 2872.43 kcal; Białko ogółem: 124.64 g; Tłuszcz: 78.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 436.44 g; W tym cukry: 146.42 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 6.96 g; | Wartość energetyczna: 2423.63 kcal; Białko ogółem: 141.63 g; Tłuszcz: 102.05 g; Kw. tł. nasy.: 40.10 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 86.79 g; Błonnik pok.: 17.31 g; Sól: 3.58 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Bogatobiałkowa bezmleczna | BIAL- USK Niskobiałkowa | BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa) | BIAL- USK Niskosodowa | BIAL- USK Bogatoresztkowa | BIAL- USK Z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd. | BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren) |
|-----------|--|---|--|--|---|---|--|
| Śniadanie | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa Kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z brokuła * 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z brokuła * 100 g Mus z jabłek (j) z/c 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z brokuła* (bez soli) 50 g Pasta z warogu z koperkiem (bez soli) 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta z brokuła * 50 g Salata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta z brokuła * 50 g Salata zielona 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Salata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren śniadanie 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mleko 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt |
| II SN | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Pomidor 50 g | | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | | | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) | Dren śniadanie 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) |
| Obiad | Solferino (bez mleka) (j) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bitka schabowa 90 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny (j) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Solferino (bez mleka) (j) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (j) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Solferino (bez mleka) (j) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bitka schabowa 90 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny (j) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem (j) 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Solferino (bez soli) (j) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron (bez soli) 200 g (GLU PSZ.) Bitka schabowa (bez soli) 90 g (GLU PSZ.) Sos własny (bez soli) 100 ml (GLU PSZ.) Dynia duszona z olejem*(bez soli) 200 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Solferino (j) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Bitka schabowa 90 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny (j) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynamis z kapusty pekińskiej z olejem (j) 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem (j) 100 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Solferino (j) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bitka schabowa 90 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny (j) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II (j) 350 ml Bulion drobiowo-warzywny (j) 250 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml |
| PD | Mus z jabłek (j) z/c 100 g | | Mus z jabłek (j) b/c 100 g | | | Mus z jabłek (j) z/c 100 g | Dren II (j) 250 ml |
| Kolejka | Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Galaretką drobiowa z udzca kurczaka* dieta 130 g (SEL.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Galaretką drobiowa z udzca kurczaka* dieta 130 g (SEL.) Salata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Suflet mięsno-jarzynowy (j) (bez soli) 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Galaretką drobiowa z udzca kurczaka* 130 g (SEL.) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udzca kurczaka* dieta 130 g (SEL.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Dren I (j) 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bulion drobiowo-warzywny (j) 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml |
| PN | Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt | | Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) | Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt | | Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) |
| | Wartość energetyczna: 2619.73 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 63.17 g; Kw. tł. nasy.: 13.68 g; Węglowodany ogółem: 418.57 g; W tym cukry: 75.42 g; Błonnik pok.: 31.10 g; Sól: 9.17 g; | Wartość energetyczna: 2363.86 kcal; Białko ogółem: 64.98 g; Tłuszcz: 54.26 g; Kw. tł. nasy.: 14.76 g; Węglowodany ogółem: 416.67 g; W tym cukry: 92.68 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 5.67 g; | Wartość energetyczna: 2241.61 kcal; Białko ogółem: 114.09 g; Tłuszcz: 43.13 g; Kw. tł. nasy.: 9.17 g; Węglowodany ogółem: 366.39 g; W tym cukry: 45.95 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 6.32 g; | Wartość energetyczna: 2533.92 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 375.76 g; W tym cukry: 87.65 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 4.08 g; | Wartość energetyczna: 2639.91 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 383.71 g; W tym cukry: 84.49 g; Błonnik pok.: 37.63 g; Sól: 9.43 g; | Wartość energetyczna: 3056.28 kcal; Białko ogółem: 145.83 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 443.45 g; W tym cukry: 115.33 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 8.99 g; | Wartość energetyczna: 2499.63 kcal; Białko ogółem: 142.23 g; Tłuszcz: 102.25 g; Kw. tł. nasy.: 40.30 g; Węglowodany ogółem: 262.55 g; W tym cukry: 103.59 g; Błonnik pok.: 17.31 g; Sól: 3.64 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Bogatobialkowa bezmleczna | BIAL- USK Niskobialkowa | BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa) | BIAL- USK Niskosodowa | BIAL- USK Bogatoresztkowa | BIAL- USK Z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd. | BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren) | |
|------------------|-------------------------------------|--|--|---|---|---|--|---|
| 2025-02-19 środa | Śniadanie | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Naleśniki z dżemem truskawkowym 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Sałata meksykańska z fasolą 150 g (JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Sałata meksykańska z fasolą 150 g (JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren śniadanie 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mleko 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) |
| | | II ŚW | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g | | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | | Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (MLE.) |
| 2025-02-19 środa | Obiad | Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony (bez soli) 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* (bez soli) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (bez soli) () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 200 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony (bez soli) 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* (bez soli) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (bez soli) () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml |
| | | PD | Jabłko 1 szt 1 szt | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Dren II () 250 ml |
| 2025-02-19 środa | Kolacja | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w oslonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w oslonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w oslonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml |
| | | PN | Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Dżem 25g 1 szt | | Wafle ryżowe 30 g | | Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Dżem 25g 1 szt | Wafle ryżowe 30 g |
| | | Wartość energetyczna: 2556.51 kcal; Białko ogółem: 124.19 g; Tłuszcz: 54.99 g; Kw. tł. nasy.: 13.95 g; Węglowodany ogółem: 407.87 g; W tym cukry: 89.68 g; Błonnik pok.: 36.00 g; Sól: 8.97 g; | Wartość energetyczna: 2333.20 kcal; Białko ogółem: 66.60 g; Tłuszcz: 42.83 g; Kw. tł. nasy.: 10.16 g; Węglowodany ogółem: 434.87 g; W tym cukry: 82.87 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 5.95 g; | Wartość energetyczna: 2198.41 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 39.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.31 g; Węglowodany ogółem: 358.81 g; W tym cukry: 63.29 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 5.57 g; | Wartość energetyczna: 2461.37 kcal; Białko ogółem: 127.34 g; Tłuszcz: 56.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 373.16 g; W tym cukry: 90.55 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 4.80 g; | Wartość energetyczna: 2595.04 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 404.62 g; W tym cukry: 83.47 g; Błonnik pok.: 35.71 g; Sól: 8.82 g; | Wartość energetyczna: 2725.67 kcal; Białko ogółem: 128.30 g; Tłuszcz: 64.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 422.25 g; W tym cukry: 128.36 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 8.46 g; | Wartość energetyczna: 2423.63 kcal; Białko ogółem: 141.63 g; Tłuszcz: 102.05 g; Kw. tł. nasy.: 40.10 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 86.79 g; Błonnik pok.: 17.31 g; Sól: 3.58 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Bogatobiakowa bezmleczna | BIAL- USK Niskobiakowa | BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa) | BIAL- USK Niskosodowa | BIAL- USK Bogatoresztkowa | BIAL- USK Z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd. | BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren) | |
|---------------------|------------------------------------|--|--|---|---|---|---|---|
| 2025-02-20 czwartek | Śniadanie | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sałatka jarzynowa* dieta (bez soli) 150 g (MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałata zielona 10 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren śniadanie 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mleko 250 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt |
| | | II ŚN | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Pomidor 50 g | | Mus z jabłek () b/c 100 g | | | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml |
| | Obiad | Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ryz na sypko (paraboliczny) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i selera z olejem () 200 g (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto wegetariańskie* 200 g (SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchwi i selera z olejem () 200 g (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ryz na sypko (paraboliczny) 200 g Klopsik wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Ziemniaczana (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (paraboliczny) (bez soli) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i selera z olejem () 200 g (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Mandarynka 2 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (paraboliczny) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml |
| | PD | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml | | Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml | | | Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) | Dren II () 250 ml |
| | Kolacja | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osl.niejad 30 g Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki (bez soli) 50 g (MLE) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osl.niejad 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osl.niejad 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml |
| | PN | Chrupki kukurydziane 20 g Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt | Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) | Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt | | Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) |
| | | Wartość energetyczna: 2827.55 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; Tłuszcz: 82.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 448.01 g; W tym cukry: 109.08 g; Błonnik pok.: 38.29 g; Sól: 8.14 g; | Wartość energetyczna: 2313.85 kcal; Białko ogółem: 50.13 g; Tłuszcz: 46.88 g; Kw. tł. nasy.: 10.38 g; Węglowodany ogółem: 442.32 g; W tym cukry: 82.06 g; Błonnik pok.: 38.02 g; Sól: 6.52 g; | Wartość energetyczna: 2300.45 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 46.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.90 g; Węglowodany ogółem: 385.25 g; W tym cukry: 39.65 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 5.50 g; | Wartość energetyczna: 2670.79 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 411.58 g; W tym cukry: 96.06 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sól: 5.16 g; | Wartość energetyczna: 2654.43 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; Tłuszcz: 80.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 397.37 g; W tym cukry: 101.27 g; Błonnik pok.: 35.08 g; Sól: 10.40 g; | Wartość energetyczna: 3024.11 kcal; Białko ogółem: 116.82 g; Tłuszcz: 87.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 456.28 g; W tym cukry: 127.58 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 9.00 g; | Wartość energetyczna: 2499.63 kcal; Białko ogółem: 142.23 g; Tłuszcz: 102.25 g; Kw. tł. nasy.: 40.30 g; Węglowodany ogółem: 262.55 g; W tym cukry: 103.59 g; Błonnik pok.: 17.31 g; Sól: 3.64 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Bogatobiałkowa bezmleczna | BIAL- USK Niskobiałkowa | BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa) | BIAL- USK Niskosodowa | BIAL- USK Bogatoresztkowa | BIAL- USK Z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd. | BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren) | |
|-------------------|-------------------------------------|--|---|--|---|--|--|---|
| 2025-02-21 piątek | Śniadanie | Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Pasta z białek 50 g (JAJ, MLE.) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.) Ser topiony 25g 2 szt (MLE.) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb żyrny razowy 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.) Ser topiony 25g 2 szt (MLE.) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z białek 50 g (JAJ, MLE.) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren śniadanie 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Mleko 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) |
| | | II ŚN | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | | Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE.) |
| 2025-02-21 piątek | Obiad | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 40 g (RYB.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem (bez soli) () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 200 g Ryba pieczona (Dorsz)(bez soli) 90 g (RYB.) Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml |
| | | PD | Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.) | | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt |
| 2025-02-21 piątek | Kolacja | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żyrny razowy 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Zacierka na napoju sojowym 300 ml (GLUPSZ, SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Dren I () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml |
| | | PN | Wafle tortowe 30 g (GLUPSZ, SOJ.) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt | | Wafle tortowe 30 g (GLUPSZ, SOJ.) | | Wafle tortowe 30 g (GLUPSZ, SOJ.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) | |
| | | Wartość energetyczna: 2498.39 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 59.65 g; Kw. tł. nasy.: 13.70 g; Węglowodany ogółem: 395.06 g; W tym cukry: 89.30 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 10.41 g; | Wartość energetyczna: 2158.42 kcal; Białko ogółem: 62.59 g; Tłuszcz: 41.19 g; Kw. tł. nasy.: 11.32 g; Węglowodany ogółem: 397.51 g; W tym cukry: 101.46 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 5.48 g; | Wartość energetyczna: 2238.76 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 48.94 g; Kw. tł. nasy.: 9.91 g; Węglowodany ogółem: 363.30 g; W tym cukry: 66.69 g; Błonnik pok.: 36.45 g; Sól: 6.49 g; | Wartość energetyczna: 2394.02 kcal; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 55.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 379.81 g; W tym cukry: 112.67 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sól: 4.88 g; | Wartość energetyczna: 2566.01 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz: 75.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 384.71 g; W tym cukry: 113.64 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sól: 7.20 g; | Wartość energetyczna: 2986.07 kcal; Białko ogółem: 124.12 g; Tłuszcz: 77.39 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 463.53 g; W tym cukry: 156.97 g; Błonnik pok.: 40.46 g; Sól: 7.46 g; | Wartość energetyczna: 2423.63 kcal; Białko ogółem: 141.63 g; Tłuszcz: 102.05 g; Kw. tł. nasy.: 40.10 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 86.79 g; Błonnik pok.: 17.31 g; Sól: 3.58 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Bogatobiakowa bezmleczna | BIAL- USK Niskobiakowa | BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.łt. (trzustkowa) | BIAL- USK Niskosodowa | BIAL- USK Bogatoresztkowa | BIAL- USK Z ogr.łt.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd. | BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren) | |
|-------------------|---|--|--|--|--|--|---|--|
| 2025-02-22 sobota | Śniadanie | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb żyrny razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka (bez soli) 50 g Hummus 50 g (SEZ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb żyrny razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Hummus 50 g (SEZ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren śniadanie 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mleko 250 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | |
| | | II ŚN | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Sałata zielona 10 g | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) | Dren śniadanie 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) | |
| Obiad | Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy 100 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Selerowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 200 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy (bez soli) 150 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane (bez soli) () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | |
| | PD | Jabłko 1 szt 1 szt | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Dren II () 250 ml | |
| Kolacja | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żyrny razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Pasta z twarogu i rzodkwi białej 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | |
| | PN | Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Wafle ryżowe 30 g | Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) |
| | | Wartość energetyczna: 2513.34 kcal; Białko ogółem: 126.45 g; Tłuszcz: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 14.52 g; Węglowodany ogółem: 399.19 g; W tym cukry: 79.13 g; Błonnik pok.: 33.71 g; Sól: 10.62 g; | Wartość energetyczna: 2201.92 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 41.42 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; Węglowodany ogółem: 400.20 g; W tym cukry: 66.19 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 7.06 g; | Wartość energetyczna: 2207.92 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 34.33 g; Kw. tł. nasy.: 8.02 g; Węglowodany ogółem: 372.17 g; W tym cukry: 63.24 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 5.26 g; | Wartość energetyczna: 2525.89 kcal; Białko ogółem: 118.30 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 365.16 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sól: 7.25 g; | Wartość energetyczna: 2622.78 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 86.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 369.29 g; W tym cukry: 71.65 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 10.91 g; | Wartość energetyczna: 2903.46 kcal; Białko ogółem: 136.49 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 450.43 g; W tym cukry: 143.55 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 8.05 g; | Wartość energetyczna: 2499.63 kcal; Białko ogółem: 142.23 g; Tłuszcz: 102.25 g; Kw. tł. nasy.: 40.30 g; Węglowodany ogółem: 262.55 g; W tym cukry: 103.59 g; Błonnik pok.: 17.31 g; Sól: 3.64 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAŁ- USK Bogatobialkowa bezmleczna | BIAŁ- USK Niskobialkowa | BIAŁ- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa) | BIAŁ- USK Niskosodowa | BIAŁ- USK Bogatoresztkowa | BIAŁ- USK Z ogr.tł.(wątrobową)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd. | BIAŁ- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren) |
|-----------|---|---|---|--|---|---|---|
| Sniadanie | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mus z jabłek () z/c 100 g Naleśniki z dżemem truskawkowym 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Rolada z łopatkki wieprzowej 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Rolada z łopatkki wieprzowej (bez soli) 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb żytni razowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Twarożek na słodko 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Twarożek na słodko 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren śniadanie 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mleko 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) |
| II SN | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 20 g Sałata zielona 10 g | | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml | | | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml | Dren śniadanie 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) |
| Obiad | Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Grysikowa (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez soli) 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml |
| PD | Mus z jabłek () z/c 100 g | | Mus z jabłek () b/c 100 g | | | Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) | Dren II () 250 ml |
| Kolejca | Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25g 2 szt Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml |
| PN | Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.) | Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) | Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) | | Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) | | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) |
| | Wartość energetyczna: 2602.72 kcal; Białko ogółem: 128.81 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.67 g; Węglowodany ogółem: 368.48 g; W tym cukry: 59.63 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 11.76 g; | Wartość energetyczna: 2325.31 kcal; Białko ogółem: 63.98 g; Tłuszcz: 48.76 g; Kw. tł. nasy.: 13.96 g; Węglowodany ogółem: 419.86 g; W tym cukry: 70.62 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 8.15 g; | Wartość energetyczna: 2340.45 kcal; Białko ogółem: 106.09 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 15.80 g; Węglowodany ogółem: 340.62 g; W tym cukry: 38.04 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 6.38 g; | Wartość energetyczna: 2649.50 kcal; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz: 87.73 g; Kw. tł. nasy.: 31.70 g; Węglowodany ogółem: 351.57 g; W tym cukry: 92.18 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sól: 4.77 g; | Wartość energetyczna: 2519.60 kcal; Białko ogółem: 132.02 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.73 g; Węglowodany ogółem: 339.59 g; W tym cukry: 81.72 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 6.47 g; | Wartość energetyczna: 3006.73 kcal; Białko ogółem: 145.05 g; Tłuszcz: 91.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 415.37 g; W tym cukry: 127.79 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 8.11 g; | Wartość energetyczna: 2423.63 kcal; Białko ogółem: 141.63 g; Tłuszcz: 102.05 g; Kw. tł. nasy.: 40.10 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 86.79 g; Błonnik pok.: 17.31 g; Sól: 3.58 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAŁ- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata | BIAŁ- USK Pooperacyjna płynno-papkowata | BIAŁ- Płynna | BIAŁ- Kleikowa | BIAŁ- Wegańska | BIAŁ- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana | BIAŁ- USK Podstawowa oddział dzienny | |
|-------------------------|--|--|--|--|--|--|---|--|
| 2025-02-17 poniedziałek | Śniadanie | Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 50g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami 50g (RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ, MCK.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE) Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL) | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Paszтет z fasoli* 100g (GLU PSZ, JAJ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL) | |
| | | II ŚN | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | | Dren I () 250 ml (GLU PSZ, MLE) | |
| | Obiad | Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 30 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem () 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300g Suchary b/c 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL) Kotlety z buraka i kaszy jęczmieńnej 300g (GLU PSZ, GLU JĘCZ.) Sos koperkowy* (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Jabiko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml | Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100g (MLE) Jabiko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | | PD | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | | Dren II () 250 ml | |
| | Kolacja | Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej. 50g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Bulion warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300g Suchary b/c 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Paszтет z soczewicy* 100g (GLU PSZ, JAJ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE) | |
| | | PN | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml |
| | Wartość energetyczna: 2634.90 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 398.73 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 7.83 g; | Wartość energetyczna: 901.52 kcal; Białko ogółem: 27.20 g; Tłuszcz: 13.07 g; Kw. tł. nasy.: 7.29 g; Węglowodany ogółem: 171.75 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 7.11 g; Sól: 1.73 g; | Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g; | Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g; | Wartość energetyczna: 2249.80 kcal; Białko ogółem: 64.01 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; Węglowodany ogółem: 339.53 g; W tym cukry: 71.72 g; Błonnik pok.: 39.01 g; Sól: 6.77 g; | Wartość energetyczna: 2080.39 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 223.75 g; W tym cukry: 50.01 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g; | Wartość energetyczna: 711.03 kcal; Białko ogółem: 27.38 g; Tłuszcz: 12.62 g; Kw. tł. nasy.: 4.13 g; Węglowodany ogółem: 125.79 g; W tym cukry: 51.12 g; Błonnik pok.: 8.52 g; Sól: 0.33 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata | BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata | BIAL- Płynna | BIAL- Kleikowa | BIAL- Wegańska | BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana | BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny | |
|-------------------|---|---|--|--|---|---|--|---|
| 2025-02-18 wtorek | Śniadanie | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 50g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 50g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paszтет z soczewicy * 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.) | |
| | II SN | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | Dren I () 250 ml (GLUPSZ, MLE.) | | |
| | Obiad | Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLUPSZ) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLUPSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Solferino () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLUPSZ) Gulasz warzywny z ciecierzą* 230 g (GLUPSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLUPSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml | Makaron 200 g (GLUPSZ) Bilka schabowa 90 g (GLUPSZ) Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Mus z jabłek () z/c 100 g | | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | | Dren II () 250 ml | |
| | Kolacja | Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Galarełka drobiowa z udźca kurczaka* dieta 130 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kasza manna na mleku 350 ml (GLUPSZ, MLE) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLUPSZ, MLE.) | |
| PN | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (GLUPSZ, JAJ.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (GLUPSZ, JAJ.) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | | |
| | Wartość energetyczna: 2586.64 kcal; Białko ogółem: 110.36 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 397.91 g; W tym cukry: 77.32 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 7.16 g; | Wartość energetyczna: 982.52 kcal; Białko ogółem: 30.29 g; Tłuszcz: 14.00 g; Kw. tł. nasy.: 7.27 g; Węglowodany ogółem: 187.02 g; W tym cukry: 86.26 g; Błonnik pok.: 7.35 g; Sól: 1.36 g; | Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g; | Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g; | Wartość energetyczna: 2423.55 kcal; Białko ogółem: 68.44 g; Tłuszcz: 64.60 g; Kw. tł. nasy.: 8.69 g; Węglowodany ogółem: 404.99 g; W tym cukry: 77.07 g; Błonnik pok.: 39.81 g; Sól: 5.62 g; | Wartość energetyczna: 2080.39 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 223.75 g; W tym cukry: 50.01 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g; | Wartość energetyczna: 799.73 kcal; Białko ogółem: 44.30 g; Tłuszcz: 25.61 g; Kw. tł. nasy.: 3.94 g; Węglowodany ogółem: 104.72 g; W tym cukry: 19.40 g; Błonnik pok.: 13.34 g; Sól: 1.15 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata | BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata | BIAL- Płynna | BIAL- Kleikowa | BIAL- Wegańska | BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana | BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny | |
|------------------|---|---|--|--|--|---|--|--|
| 2025-02-19 środa | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa Kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Rolada z łopatkı wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasztet z fasoli* 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.) | |
| | II SN | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | | Dren I () 250 ml (GLU PSZ, MLE.) | | |
| | Obiad | Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | Bulion warzywny z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlety z brokula* 90 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml | Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Mus z jabłek () b/c 150 g | | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | | Dren II () 250 ml | | |
| | Kolacja | Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Ryż na mleku 350 ml (MLE.) Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Hummus 100 g (SEZ.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) | |
| | PN | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml | |
| | Wartość energetyczna: 2638.99 kcal; Białko ogółem: 116.30 g; Tłuszcz: 67.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 405.03 g; W tym cukry: 79.98 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sól: 8.81 g; | Wartość energetyczna: 969.15 kcal; Białko ogółem: 34.19 g; Tłuszcz: 17.63 g; Kw. tł. nasy.: 8.42 g; Węglowodany ogółem: 171.59 g; W tym cukry: 83.25 g; Błonnik pok.: 6.72 g; Sól: 1.36 g; | Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g; | Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g; | Wartość energetyczna: 2420.67 kcal; Białko ogółem: 60.65 g; Tłuszcz: 83.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.28 g; Węglowodany ogółem: 368.94 g; W tym cukry: 72.64 g; Błonnik pok.: 38.93 g; Sól: 6.86 g; | Wartość energetyczna: 2133.59 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 237.06 g; W tym cukry: 63.32 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g; | Wartość energetyczna: 612.01 kcal; Białko ogółem: 30.98 g; Tłuszcz: 10.43 g; Kw. tł. nasy.: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 104.85 g; W tym cukry: 25.00 g; Błonnik pok.: 12.42 g; Sól: 1.29 g; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata | BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata | BIAL- Płynna | BIAL- Kleikowa | BIAL- Wegańska | BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana | BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny | |
|---------------------|--|---|--|--|--|---|---|--|
| 2025-02-20 czwartek | Śniadanie | Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Zacierka na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Hummus 100 g (SEZ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.) | |
| | | II ŚN | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | | | Dren I () 250 ml (GLU PSZ, MLE.) | |
| 2025-02-20 czwartek | Obiad | Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto wegetariańskie* 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i selera z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml | Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mandarynka 2 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | | PD | Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) | | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | | Dren II () 250 ml | |
| 2025-02-20 czwartek | Kolacja | Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Rolada z łopatkı wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paszтет z fasoli* 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) | |
| | | PN | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml |
| | | Wartość energetyczna: 2783.55 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 411.51 g; W tym cukry: 81.25 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 8.96 g; | Wartość energetyczna: 1027.94 kcal; Białko ogółem: 31.16 g; Tłuszcz: 13.80 g; Kw. tł. nasy.: 7.26 g; Węglowodany ogółem: 197.34 g; W tym cukry: 84.88 g; Błonnik pok.: 6.86 g; Sól: 1.36 g; | Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g; | Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g; | Wartość energetyczna: 2327.91 kcal; Białko ogółem: 56.59 g; Tłuszcz: 78.74 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; Węglowodany ogółem: 368.00 g; W tym cukry: 78.84 g; Błonnik pok.: 43.07 g; Sól: 6.89 g; | Wartość energetyczna: 2133.59 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 237.06 g; W tym cukry: 63.32 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g; | Wartość energetyczna: 771.50 kcal; Białko ogółem: 22.59 g; Tłuszcz: 28.95 g; Kw. tł. nasy.: 8.13 g; Węglowodany ogółem: 113.21 g; W tym cukry: 36.88 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 3.49 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAŁ- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata | BIAŁ- USK Pooperacyjna płynno-papkowata | BIAŁ- Płynna | BIAŁ- Kleikowa | BIAŁ- Wegańska | BIAŁ- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana | BIAŁ- USK Podstawowa oddział dzienny | |
|-------------------|--|---|--|---|---|--|--|--|
| 2025-02-21 piątek | Sniadanie | Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Ryba faszerywana (dorsz) 50g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SZ, MCK.) Pasta z jaj 50g (JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Pasta z groszku zielonego b/ml 100g Sałata zielona 10g Ogórek kiszony 100g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.) | |
| | | II ŚN | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | Dren I () 250 ml (GLU PSZ, MLE.) | | |
| 2025-02-21 piątek | Obiad | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200g Ryba pieczona (Dorsz) 90g (RYB.) Marchew gotowana z olejem () 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200g Kotlety sojowe 90g (SOJ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml | Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200g Ryba smażona (Dorsz) 90g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100g Brokuł gotowany* 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | | PD | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | | Dren II () 250 ml | | |
| 2025-02-21 piątek | Kolejca | Płatki żytnie na mleku 300 ml (MLE, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Rolada z łopatką wieprzową 50g Twaróg półtusty 50g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Dżem 80g Jabłko 150g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) | |
| | | PN | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50g (GLU PSZ, JAJ.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30g (GLU PSZ, SOJ.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml |
| | | Wartość energetyczna: 2591.32 kcal; Białko ogółem: 116.30 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 392.89 g; W tym cukry: 97.41 g; Błonnik pok.: 33.50 g; Sól: 7.07 g; | Wartość energetyczna: 941.01 kcal; Białko ogółem: 30.16 g; Tłuszcz: 13.68 g; Kw. tł. nasy.: 7.40 g; Węglowodany ogółem: 177.65 g; W tym cukry: 87.27 g; Błonnik pok.: 7.81 g; Sól: 1.75 g; | Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g; | Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g; | Wartość energetyczna: 1931.40 kcal; Białko ogółem: 55.25 g; Tłuszcz: 36.91 g; Kw. tł. nasy.: 6.61 g; Węglowodany ogółem: 353.32 g; W tym cukry: 97.02 g; Błonnik pok.: 40.36 g; Sól: 6.47 g; | Wartość energetyczna: 2133.59 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 237.06 g; W tym cukry: 63.32 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g; | Wartość energetyczna: 712.57 kcal; Białko ogółem: 30.22 g; Tłuszcz: 21.87 g; Kw. tł. nasy.: 2.53 g; Węglowodany ogółem: 105.04 g; W tym cukry: 22.33 g; Błonnik pok.: 13.82 g; Sól: 1.43 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | 2025-02-22 sobota | BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata | BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata | BIAL- Płynna | BIAL- Kleikowa | BIAL- Wegańska | BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana | BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny |
|-------------------|-------------------|---|--|--|--|--|---|---|
| 2025-02-22 sobota | Śniadanie | Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku 350 ml (MLE) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL) | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Hummus 100 g (SEZ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL) | |
| | II ŚN | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | | Dren I () 250 ml (GLU PSZ, MLE) | |
| | Obiad | Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz sojowy z warzywami* 230 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml | Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie wianym 150 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | | | Dren II () 250 ml | |
| | Kolacja | Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) | Makaron na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Bulion warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta warzywna* 100 g (SEL) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE) | |
| | PN | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chaika 50 g (GLU PSZ, JAJ) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml | |
| | | Wartość energetyczna: 2766.93 kcal; Białko ogółem: 119.36 g; Tłuszcz: 77.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 418.31 g; W tym cukry: 100.67 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 7.31 g; | Wartość energetyczna: 989.43 kcal; Białko ogółem: 30.24 g; Tłuszcz: 13.89 g; Kw. tł. nasy.: 7.27 g; Węglowodany ogółem: 190.88 g; W tym cukry: 85.32 g; Błonnik pok.: 10.09 g; Sól: 1.15 g; | Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g; | Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g; | Wartość energetyczna: 2261.59 kcal; Białko ogółem: 79.59 g; Tłuszcz: 64.54 g; Kw. tł. nasy.: 9.22 g; Węglowodany ogółem: 350.12 g; W tym cukry: 60.10 g; Błonnik pok.: 48.87 g; Sól: 8.62 g; | Wartość energetyczna: 2133.59 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 237.06 g; W tym cukry: 63.32 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g; | Wartość energetyczna: 760.55 kcal; Białko ogółem: 31.02 g; Tłuszcz: 29.80 g; Kw. tł. nasy.: 4.74 g; Węglowodany ogółem: 97.21 g; W tym cukry: 20.76 g; Błonnik pok.: 10.16 g; Sól: 2.53 g; |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-02-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

| | BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata | BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata | BIAL- Płynna | BIAL- Kleikowa | BIAL- Wegańska | BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana | BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny | |
|----------------------|--|---|--|--|---|---|--|--|
| 2025-02-23 niedziela | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Rolada z łopatką wieprzowej 50g Twarożek na słodko 50g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Ryż na mleku 350 ml (MLE.) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paszтет z fasoli* 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.) | |
| | II SN | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | | Dren I () 250 ml (GLU PSZ, MLE.) | | |
| | Obiad | Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Bulion warzywny z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 90 g (SOJ.) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dren II () 350 ml | Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) | | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | | Dren II () 250 ml | |
| | Kolejca | Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Suflet mięsno-jarzywny () 50g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) | Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paszтет z ciecierzycy () 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml | Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) | |
| | PN | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50g (GLU PSZ, JAJ.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle ryżowe 30g | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | |
| | Wartość energetyczna: 2691.03 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 397.44 g; W tym cukry: 104.68 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 7.14 g; | Wartość energetyczna: 909.53 kcal; Białko ogółem: 27.34 g; Tłuszcz: 13.17 g; Kw. tł. nasy.: 7.29 g; Węglowodany ogółem: 173.80 g; W tym cukry: 84.21 g; Błonnik pok.: 7.16 g; Sól: 1.73 g; | Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g; | Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g; | Wartość energetyczna: 2197.26 kcal; Białko ogółem: 77.25 g; Tłuszcz: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 8.89 g; Węglowodany ogółem: 355.77 g; W tym cukry: 59.16 g; Błonnik pok.: 48.59 g; Sól: 4.74 g; | Wartość energetyczna: 2133.59 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 237.06 g; W tym cukry: 63.32 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g; | Wartość energetyczna: 812.46 kcal; Białko ogółem: 49.49 g; Tłuszcz: 30.98 g; Kw. tł. nasy.: 8.05 g; Węglowodany ogółem: 87.52 g; W tym cukry: 19.41 g; Błonnik pok.: 9.36 g; Sól: 1.44 g; | |

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,