

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 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
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u> ) Paszlet szefa z dodatkiem białka sojowego 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
II SN			Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Papryka świeża 30 g				Budyni o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Płatki sermiczki 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Dyńia duszona z olejem * 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Płatki sermiczki 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml ( <u>SEL.</u> ) Makaron bezglutenowy 200 g Dyńia z wody 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
PD			Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )				Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokula * 50 g Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g,0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokula * 50 g Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Woda mineralna n/g,0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z brokula * 50 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Paszlet wegetariański ( ) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Pasta z brokula * 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g,0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokula * 50 g Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) 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 marna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokula * 50 g Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g,0,5l 1 szt	
PN	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek kiszony 50 g	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )
	Wartość energetyczna: 2831.51 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Tłuszcz: 111.65 g; Kw. tł. nasy.: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 360.34 g; W tym cukry: 115.12 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 2341.89 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 55.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 375.28 g; W tym cukry: 100.11 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2196.41 kcal; Białko ogółem: 89.05 g; Tłuszcz: 51.35 g; Kw. tł. nasy.: 10.89 g; Węglowodany ogółem: 351.87 g; W tym cukry: 61.77 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2971.37 kcal; Białko ogółem: 105.05 g; Tłuszcz: 122.65 g; Kw. tł. nasy.: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 371.96 g; W tym cukry: 117.30 g; Błonnik pok.: 31.37 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2042.12 kcal; Białko ogółem: 77.62 g; Tłuszcz: 56.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 308.27 g; W tym cukry: 58.40 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 2.80 g;	Wartość energetyczna: 3001.79 kcal; Białko ogółem: 123.16 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 463.49 g; W tym cukry: 136.04 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 8.57 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-14 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/c 250 ml	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 50 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
		II ŚN		Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g Pomidor 30 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g
Obiad	Wielowarzynna z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką *(bez mleka) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi z serem* 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos ziołowy* (bez glutenu) 100 ml ( <u>SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD		Pomarańcza 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )				Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> )	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Hummus 50 g ( <u>SEZ</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2598.00 kcal; Białko ogółem: 122.25 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 347.91 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 10.25 g;	Wartość energetyczna: 2456.09 kcal; Białko ogółem: 121.53 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 352.57 g; W tym cukry: 92.78 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sól: 9.08 g;	Wartość energetyczna: 2430.11 kcal; Białko ogółem: 119.99 g; Tłuszcz: 76.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 328.51 g; W tym cukry: 44.99 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 9.74 g;	Wartość energetyczna: 2150.39 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; Tłuszcz: 52.24 g; Kw. tł. nasy.: 12.67 g; Węglowodany ogółem: 331.29 g; W tym cukry: 62.71 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 10.02 g;	Wartość energetyczna: 2811.03 kcal; Białko ogółem: 115.40 g; Tłuszcz: 81.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 334.83 g; W tym cukry: 93.87 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2219.66 kcal; Białko ogółem: 90.46 g; Tłuszcz: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 326.14 g; W tym cukry: 90.93 g; Błonnik pok.: 20.87 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 2961.15 kcal; Białko ogółem: 144.44 g; Tłuszcz: 80.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 426.19 g; W tym cukry: 105.32 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 10.69 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 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
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salatka z ryżu i tuńczyka ( ) 100 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta ( ) 100 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb żytni razowy 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salatka z ryżu i tuńczyka ( ) 100 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml Pomidor 100 g	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Schab gotowany 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z ciecierzycy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Salatka z ryżu i tuńczyka ( ) 100 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Pomidor 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta ( )z olejem 100 g ( <b>RYB.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Pomidor 100 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta ( ) 100 g ( <b>RYB, MLE.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Pomidor 100 g
II SN			Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodana. 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 30 g Salata zielona 10 g				Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</b> ) Kotlet z jaj 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml ( <b>SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD			Gruszka 1szt. 150 g Maślanka 150 ml ( <b>MLE.</b> )				Maślanka 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Ser topiony 25g 2 szt ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g Rzodkiew biała 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z zioliami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 10 g Ser topiony 25g 2 szt ( <b>MLE.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE.</b> ) 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	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt		Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozdr.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2562.85 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 389.62 g; W tym cukry: 87.18 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2531.64 kcal; Białko ogółem: 106.04 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 400.48 g; W tym cukry: 87.37 g; Błonnik pok.: 31.91 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2476.39 kcal; Białko ogółem: 106.35 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 367.15 g; W tym cukry: 51.65 g; Błonnik pok.: 39.81 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 2271.23 kcal; Białko ogółem: 109.61 g; Tłuszcz: 49.94 g; Kw. tł. nasy.: 12.32 g; Węglowodany ogółem: 428.24 g; W tym cukry: 66.68 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2788.28 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 81.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 366.51 g; W tym cukry: 87.99 g; Błonnik pok.: 40.66 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2453.61 kcal; Białko ogółem: 79.19 g; Tłuszcz: 78.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 482.40 g; W tym cukry: 78.20 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 3.22 g;	Wartość energetyczna: 3035.09 kcal; Białko ogółem: 129.82 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 482.40 g; W tym cukry: 143.43 g; Błonnik pok.: 39.51 g; Sól: 9.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Podstawowa	BIAŁ- USK Łatwo strawna	BIAŁ- USK Z ogr./łatwoprzyzwajalnych węglowodanów (cukrzyca)	BIAŁ- USK Bezmleczna	BIAŁ- USK Wegetariańska	BIAŁ- USK Bezglutenowa	BIAŁ- USK Bogatobiałkowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</b> ) Salatka meksykańska z fasolą 150 g ( <b>JAJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</b> ) Salatka meksykańska z fasolą 150 g ( <b>JAJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</b> ) Salatka meksykańska z fasolą 150 g ( <b>JAJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Salatka meksykańska z fasolą* (z olejem) 150 g ( <b>SOJ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Salatka meksykańska z fasolą* (z olejem) 150 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
	II SN			Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 30 g			
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Sos boloński z mięsa wp () 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Klopsik wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Gulasz sojowy z warzywami * 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy 200 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )				Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Hummus 50 g ( <b>SEZ.</b> ) Ser zółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Miód (25g) 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	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )		Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa-wędzona, parzona z wodą dodaną 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2631.44 kcal; Białko ogółem: 106.84 g; Tłuszcz: 83.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.25 g; Węglowodany ogółem: 369.89 g; W tym cukry: 79.00 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2366.91 kcal; Białko ogółem: 108.30 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 348.44 g; W tym cukry: 73.94 g; Błonnik pok.: 19.38 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2543.27 kcal; Białko ogółem: 106.84 g; Tłuszcz: 87.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 347.40 g; W tym cukry: 38.56 g; Błonnik pok.: 35.82 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2127.81 kcal; Białko ogółem: 99.68 g; Tłuszcz: 52.37 g; Kw. tł. nasy.: 12.20 g; Węglowodany ogółem: 324.34 g; W tym cukry: 51.06 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2741.16 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 373.11 g; W tym cukry: 72.07 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2669.99 kcal; Białko ogółem: 127.07 g; Tłuszcz: 82.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 370.36 g; W tym cukry: 66.00 g; Błonnik pok.: 18.52 g; Sól: 2.70 g;	Wartość energetyczna: 2828.20 kcal; Białko ogółem: 127.07 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.00 g; Węglowodany ogółem: 419.80 g; W tym cukry: 127.72 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 7.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-17 piątek	Sniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ryba faszzerowana (Dorsz) 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ryba faszzerowana (Dorsz) 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ryba faszzerowana (Dorsz) 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ryba faszzerowana (dorsz)(bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ, RYB.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ryba faszzerowana (Dorsz) 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
		II SNI		Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g Rzodkiew biała 30 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g
Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kolej z ryby (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kolej z ryby (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200 g ( <b>SEL, RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ, RYB.</b> ) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200 g ( <b>SEL, RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD		Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )				Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE</b> ) Hummus 50 g ( <b>SEZ</b> ) Mandarynka 1 szt Salata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE</b> ) Hummus 50 g ( <b>SEZ</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Mandarynka 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE</b> ) Hummus 50 g ( <b>SEZ</b> ) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Mandarynka 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )		Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona parzona.z dod.wody białka wp 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 50 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2578.98 kcal; Białko ogółem: 100.47 g; Tłuszcz: 90.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 352.34 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 11.51 g;	Wartość energetyczna: 2382.99 kcal; Białko ogółem: 105.14 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 374.61 g; W tym cukry: 92.12 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2353.02 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 331.99 g; W tym cukry: 39.52 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sól: 10.39 g;	Wartość energetyczna: 2078.81 kcal; Białko ogółem: 85.89 g; Tłuszcz: 44.36 g; Kw. tł. nasy.: 10.27 g; Węglowodany ogółem: 352.72 g; W tym cukry: 80.56 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2580.06 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 93.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 346.57 g; W tym cukry: 72.26 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 11.93 g;	Wartość energetyczna: 2108.55 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz: 57.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 326.66 g; W tym cukry: 82.42 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 4.24 g;	Wartość energetyczna: 2818.76 kcal; Białko ogółem: 128.20 g; Tłuszcz: 72.00 g; Kw. tł. nasy.: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 430.12 g; W tym cukry: 111.27 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 9.36 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-18 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	
		II ŚN		Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 30 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 30 g
2025-01-18 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bigos 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 90 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Kofeiny z brokuła* 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu)* 230 g ( <u>SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD		Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )
2025-01-18 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u> ) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u> ) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u> ) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Salata 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Rolada z łopatkii 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Hummus 50 g ( <u>SEJ.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Rolada z łopatkii 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u> ) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )		Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )
		Wartość energetyczna: 2696.20 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 95.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.62 g; Węglowodany ogółem: 369.93 g; W tym cukry: 88.31 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 12.10 g;	Wartość energetyczna: 2656.45 kcal; Białko ogółem: 123.36 g; Tłuszcz: 79.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 382.41 g; W tym cukry: 93.75 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2442.58 kcal; Białko ogółem: 116.30 g; Tłuszcz: 81.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 331.49 g; W tym cukry: 45.39 g; Błonnik pok.: 38.39 g; Sól: 9.36 g;	Wartość energetyczna: 2293.99 kcal; Białko ogółem: 117.88 g; Tłuszcz: 51.69 g; Kw. tł. nasy.: 11.85 g; Węglowodany ogółem: 357.05 g; W tym cukry: 70.87 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2872.68 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 101.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 399.28 g; W tym cukry: 88.79 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2523.36 kcal; Białko ogółem: 117.26 g; Tłuszcz: 74.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 353.14 g; W tym cukry: 87.28 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 3.09 g;	Wartość energetyczna: 3062.54 kcal; Białko ogółem: 143.74 g; Tłuszcz: 92.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 435.87 g; W tym cukry: 111.37 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sól: 8.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 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	
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	
	II SN			Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 30 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g
2025-01-19 niedziela	Obiad	Kalaforowa z zacierką ( ) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Kotlet schabowy 90 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką ( ) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką ( ) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi z truskawkami * 200 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD		Gruszka 1szt. 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g ( <b>MLE</b> ) 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 ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Filet z kurczaka gotowany 50 g 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 ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasztet z fasoli ( ) 50 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z buraka 50 g Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <b>MLE</b> ) 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	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ.</b> ) Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr. rozdrob. parzo.z dodat.wody w osł.niejad. 20 g Sałata zielona 10 g	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ.</b> ) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ.</b> ) Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ.</b> ) Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2479.66 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 368.23 g; W tym cukry: 94.35 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2325.61 kcal; Białko ogółem: 114.13 g; Tłuszcz: 55.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 349.84 g; W tym cukry: 94.72 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2232.87 kcal; Białko ogółem: 120.93 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 317.69 g; W tym cukry: 44.34 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2073.69 kcal; Białko ogółem: 110.94 g; Tłuszcz: 40.35 g; Kw. tł. nasy.: 11.48 g; Węglowodany ogółem: 327.09 g; W tym cukry: 70.78 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2595.05 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 75.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 395.49 g; W tym cukry: 122.00 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2126.17 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 318.91 g; W tym cukry: 88.88 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 2841.71 kcal; Białko ogółem: 136.91 g; Tłuszcz: 69.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 426.78 g; W tym cukry: 128.04 g; Błonnik pok.: 30.91 g; Sól: 9.24 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAŁ- USK Niskobiałkowa	BIAŁ- USK Łatwostrawna z ogr.tl. (trzustkowa)	BIAŁ- USK Niskosodowa	BIAŁ- USK Bogatoresztkowa	BIAŁ- USK Z ogr.tl.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydział.soków zjadł.	BIAŁ- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)
Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Szynka dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g Jajko gotowane ki M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Naleśniki z dżemem truskawkowym 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100g Salata zielona 10g Pomidor b/skórki 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50g Jajko gotowane ki M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ)</b> Paszтет szeła z dodatkiem białka sojowego 50g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ)</b> Filet z kurczaka gotowany 50g Salata zielona 10g Pomidor b/skórki 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Dren śniadanie 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Mleko 250 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	II Śni	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20g Salata zielona 10g		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Mus z jabłek () z/c 100g
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Dyńa duszona z olejem * 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Pulpet drobiowy 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surowka z selera i jabłka z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Makaron z serem (bez soli) 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sos jarzynowy * 100 g ( <b>MLE</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron z serem (bez soli) 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sos jarzynowy * 100 g ( <b>MLE</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surowka z selera i jabłka () 100 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Dyńa duszona z olejem * 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Dren II () 250 ml
Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Pasta z brokuła * 50g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50g Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Pasta z brokuła * 50g Twarożek 30 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Rolada z łopatkki wieprzowej 100g Salata zielona 10g Pomidor b/skórki 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z brokuła* (bez soli) 50g Rolada z łopatkki wieprzowej (bez soli) 50g Salata zielona 10g Pomidor 100g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z brokuła * 50g Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Rolada z łopatkki wieprzowej 50g Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 10g Pomidor b/skórki 100g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> )	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> )	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2498.14 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 57.02 g; Kw. tł. nasy.: 12.47 g; Węglowodany ogółem: 406.55 g; W tym cukry: 77.27 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2278.11 kcal; Białko ogółem: 61.30 g; Tłuszcz: 53.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.36 g; Węglowodany ogółem: 402.68 g; W tym cukry: 73.64 g; Błonnik pok.: 36.74 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2481.05 kcal; Białko ogółem: 112.17 g; Tłuszcz: 46.60 g; Kw. tł. nasy.: 8.33 g; Węglowodany ogółem: 411.65 g; W tym cukry: 88.12 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 5.18 g;	Wartość energetyczna: 2448.41 kcal; Białko ogółem: 104.34 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 377.45 g; W tym cukry: 101.34 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 2384.72 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 66.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 355.03 g; W tym cukry: 80.56 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2935.35 kcal; Białko ogółem: 141.00 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 427.08 g; W tym cukry: 99.24 g; Błonnik pok.: 28.24 g; Sól: 7.89 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 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiałkowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.tl. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa	BIAL- USK Z ogr.tl.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)
Śniadanie	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g Suflet mięsno-jarzynowy ( ) 50g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa drobiowa, średnio rozdrob. 30g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 30g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy ( ) 100g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Salata zielona 10g Pomidor b/skórki 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy ( ) (bez soli) 50g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem (bez soli) 50g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb żytni razowy 100g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10g Papryka świeża 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy ( ) 50g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 10g Pomidor b/skórki 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Dren śniadanie 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE</b> ) Mleko 250 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
	II śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo. dodat.wody w osl.niejad 20g Salata zielona 10g		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml
Obiad	Wielowarzynna z zacierką *(bez mleka) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200g Bitka schabowa 90g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką *(bez mleka) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 40g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką*( ) (bez soli) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) (bez soli) 200g Bitka schabowa (bez soli) 90g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Sos ziołowy* (bez soli) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką ( ) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Bitka schabowa 90g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka wykwitnina z olejem b/c 100g Buraczki gotowane ( ) 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II ( ) 350 ml Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Pomarańcza 150g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE</b> )
Kolacja	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50g Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Dżem 25g 2 szt Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100g Salata zielona 10g Pomidor b/skórki 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 50g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 100g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 10g Pomidor b/skórki 100g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I ( ) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Podpłomyki b/c 40g ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> )	Drożdżówka mini 50g 50g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Drożdżówka mini 50g 50g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2448.15 kcal; Białko ogółem: 113.63 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 387.51 g; W tym cukry: 77.34 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 11.23 g;	Wartość energetyczna: 2179.02 kcal; Białko ogółem: 71.52 g; Tłuszcz: 42.96 g; Kw. tł. nasy.: 10.44 g; Węglowodany ogółem: 391.15 g; W tym cukry: 83.10 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2242.37 kcal; Białko ogółem: 101.10 g; Tłuszcz: 38.00 g; Kw. tł. nasy.: 10.51 g; Węglowodany ogółem: 391.02 g; W tym cukry: 81.39 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2455.44 kcal; Białko ogółem: 122.38 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; W tym cukry: 92.46 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 2512.13 kcal; Białko ogółem: 122.35 g; Tłuszcz: 76.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 449.03 g; W tym cukry: 90.37 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2922.99 kcal; Białko ogółem: 133.29 g; Tłuszcz: 71.87 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 449.03 g; W tym cukry: 128.79 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 9.38 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 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAŁ- USK Niskobiałkowa	BIAŁ- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa)	BIAŁ- USK Niskosodowa	BIAŁ- USK Bogatoresztkowa	BIAŁ- USK Z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków zjadł.	BIAŁ- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)
Śniadanie	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Sałatka z ryżu i tuńczyka-dieta ( ) 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Schab gotowany 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 ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Sałatka z ryżu i tuńczyka-dieta ( ) 50 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Pomidor 100 g	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Schab gotowany 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Schab gotowany (bez soli) 50 g Sałatka z ryżu i tuńczyka-dieta ( ) 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Pomidor 100 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałatka z ryżu i tuńczyka ( ) 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Pomidor 100 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Schab gotowany 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Dren śniadanie 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	II Szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 10 g		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )
Obiad	Ziemiaczana (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <u>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</u> ) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <u>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</u> ) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemiaczana (bez soli) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko (bez soli) 200 g ( <u>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</u> ) Pieczeń rzymska drobiowa (bez soli) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* (bez soli) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <u>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</u> ) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <u>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</u> ) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II ( ) 350 ml Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Kolacja	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Mus z jabłek ( ) z/c 100 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	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z ziołami (bez soli) 50 g ( <u>MLE.</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2623.05 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 56.41 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; Węglowodany ogółem: 435.86 g; W tym cukry: 85.44 g; Błonnik pok.: 39.85 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 1896.47 kcal; Białko ogółem: 47.90 g; Tłuszcz: 33.26 g; Kw. tł. nasy.: 7.04 g; Węglowodany ogółem: 369.19 g; W tym cukry: 87.51 g; Błonnik pok.: 36.25 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2445.72 kcal; Białko ogółem: 116.93 g; Tłuszcz: 46.64 g; Kw. tł. nasy.: 10.55 g; Węglowodany ogółem: 407.28 g; W tym cukry: 81.29 g; Błonnik pok.: 35.16 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2579.72 kcal; Białko ogółem: 116.57 g; Tłuszcz: 62.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 402.48 g; W tym cukry: 88.86 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2549.31 kcal; Białko ogółem: 102.90 g; Tłuszcz: 71.72 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 386.24 g; W tym cukry: 87.91 g; Błonnik pok.: 33.65 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2935.50 kcal; Białko ogółem: 134.20 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 432.75 g; W tym cukry: 121.88 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 9.20 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 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAŁ- USK Niskobiałkowa	BIAŁ- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa)	BIAŁ- USK Niskosodowa	BIAŁ- USK Bogatoresztkowa	BIAŁ- USK Z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydział.soków zółąd.	BIAŁ- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	
2025-01-16 czwartek	Śniadanie	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 Pyszta schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ) Miód (25g) 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	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.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	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) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ) 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, SOZ) Salatka meksykańska z fasolą 150 g (JAJ, SEL, GOR) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) 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)
		Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)	Dren śniadanie 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron z warzywami* 200 g (GLU PSZ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron (bez soli) 200 g (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos boloński z mięsa wp () 150g (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) 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
		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Dren II () 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 Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g 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.) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) 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) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 100 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 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, GLU ŻYT.) 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 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) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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
		Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		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: 2461.70 kcal; Białko ogółem: 106.88 g; Tłuszcz: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 12.45 g; Węglowodany ogółem: 392.73 g; W tym cukry: 66.64 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 1980.19 kcal; Białko ogółem: 56.34 g; Tłuszcz: 34.60 g; Kw. tł. nasy.: 9.03 g; Węglowodany ogółem: 375.96 g; W tym cukry: 70.11 g; Błonnik pok.: 20.71 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2394.38 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kw. tł. nasy.: 9.68 g; Węglowodany ogółem: 399.31 g; W tym cukry: 55.80 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2387.62 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.22 g; Węglowodany ogółem: 371.22 g; W tym cukry: 93.21 g; Błonnik pok.: 20.08 g; Sól: 4.10 g;	Wartość energetyczna: 2669.10 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz: 83.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 377.77 g; W tym cukry: 79.73 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2853.73 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 423.71 g; W tym cukry: 131.92 g; Błonnik pok.: 32.45 g; Sól: 8.05 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 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAŁ- USK Niskobiałkowa	BIAŁ- USK Łatwostrawna z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- USK Niskosodowa	BIAŁ- USK Bogatoresztkowa	BIAŁ- USK Z ogr. tł.(wątrobową)/Z org.subst.pobudz.wydział.soków zołąd.	BIAŁ- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	
2025-01-17 piątek	Śniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Ryba faszerowana (Dorsz) 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 30 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Mus z jabłek() z/c 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Pasta z białek 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Ryba faszerowana (Dorsz) 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj (bez soli) 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Ryba faszerowana (dorsz)(bez soli) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Pasta z białek 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Ryba faszerowana (Dorsz) 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Dren śniadanie 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Mleko 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml
Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez soli) () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 200 g Pulpet rybny (Dorsz) (bez soli) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Warzywa po grecku* (bez soli) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Koliet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml ( <u>SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	Biskopty b/ml 30 g ( <u>GLUPSZ, JAJ,</u> )		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Dren II () 250 ml
Kolacja	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) 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 Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 30 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Schab gotowany 100 g Salata zielona 10 g Banan 1szt. 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE,</u> ) Hummus 50 g ( <u>SEL,</u> ) Mandarynka 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 10 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml ( <u>MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE,</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Banan 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	
	Wartość energetyczna: 2587.25 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; Węglowodany ogółem: 409.67 g; W tym cukry: 73.71 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2068.32 kcal; Białko ogółem: 58.36 g; Tłuszcz: 43.25 g; Kw. tł. nasy.: 11.01 g; Węglowodany ogółem: 380.62 g; W tym cukry: 84.77 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2407.06 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 36.13 g; Kw. tł. nasy.: 8.79 g; Węglowodany ogółem: 424.13 g; W tym cukry: 117.59 g; Błonnik pok.: 31.60 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2382.99 kcal; Białko ogółem: 105.14 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 374.61 g; W tym cukry: 92.12 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2565.44 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 90.14 g; Kw. tł. nasy.: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 348.96 g; W tym cukry: 75.36 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 10.96 g;	Wartość energetyczna: 3216.39 kcal; Białko ogółem: 131.04 g; Tłuszcz: 77.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 514.70 g; W tym cukry: 190.86 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 6.82 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 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAŁ- USK Niskobiałkowa	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 zółąd.	BIAŁ- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	
2025-01-18 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurczak 30 g ( <u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u> ) Młód (25g) 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurczak 50 g ( <u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u> ) Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Mleko 250 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	
		II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )	Dren śniadanie 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )
2025-01-18 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 100g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko (paraboliczny) (bez soli) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami ( bez soli)* 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane (bez soli) () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bigos 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
		PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Dren II () 250 ml
2025-01-18 sobota	Kolacja	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszta schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Rolada z łopatki 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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 30 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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Wartość energetyczna: 2583.21 kcal; Białko ogółem: 126.15 g; Tłuszcz: 56.59 g; Kw. tł. nasy.: 13.17 g; Węglowodany ogółem: 412.25 g; W tym cukry: 86.38 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sól: 9.68 g;
		Wartość energetyczna: 2275.84 kcal; Białko ogółem: 64.52 g; Tłuszcz: 46.14 g; Kw. tł. nasy.: 9.31 g; Węglowodany ogółem: 418.56 g; W tym cukry: 79.77 g; Błonnik pok.: 26.09 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2301.87 kcal; Białko ogółem: 119.44 g; Tłuszcz: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 8.13 g; Węglowodany ogółem: 371.59 g; W tym cukry: 50.06 g; Błonnik pok.: 30.74 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 2716.69 kcal; Białko ogółem: 132.54 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 382.51 g; W tym cukry: 94.25 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 2682.66 kcal; Białko ogółem: 110.23 g; Tłuszcz: 95.34 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 366.55 g; W tym cukry: 89.04 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 11.56 g;	Wartość energetyczna: 3062.68 kcal; Białko ogółem: 143.37 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 463.28 g; W tym cukry: 145.31 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 7.93 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 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAŁ- USK Niskobiałkowa	BIAŁ- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa)	BIAŁ- USK Niskosodowa	BIAŁ- USK Bogatoreszkowa	BIAŁ- USK Z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków zolańd.	BIAŁ- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)
Śniadanie	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Dżem 25g 2 szt Pasta z jaj 50g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy ( ) 100g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Salata zielona 10g Pomidor b/skórki 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy ( ) (bez soli) 50g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pasta z jaj 50g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb żytni razowy 100g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50g ( <b>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta z jaj 50g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata zielona 10g Rzodkiew biała 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50g ( <b>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy ( ) 50g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Salata zielona 10g Pomidor b/skórki 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Dren śniadanie 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Mleko 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
II Szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20g Salata zielona 10g		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Dren śniadanie 250 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</b> )
Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200g Schab gotowany 90g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200g Pulpet wieprzowy 40g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200g Pulpet wieprzowy 90g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez soli)* 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) (bez soli) 200g Schab gotowany (bez soli) 90g Sos własny (bez soli) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany (bez soli)* 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką ( ) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200g Kotlet schabowy 90g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200g Schab gotowany 90g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II ( ) 350 ml Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Dren II ( ) 250 ml
Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Szynka dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Filet z kurczaka gotowany 50g Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Miód (25g) 2 szt Salata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100g Salata zielona 10g Pomidor b/skórki 100g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50g Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 10g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 100g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 10g Gruszka 1szt. 150g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 10g Pomidor b/skórki 100g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I ( ) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Wafle tortowe 30g ( <b>GLU, PSZ, SOJ.</b> ) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wafle tortowe 30g ( <b>GLU, PSZ, SOJ.</b> ) Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Wafle tortowe 30g ( <b>GLU, PSZ, SOJ.</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Wafle tortowe 30g ( <b>GLU, PSZ, SOJ.</b> ) Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Wafle tortowe 30g ( <b>GLU, PSZ, SOJ.</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Wafle tortowe 30g ( <b>GLU, PSZ, SOJ.</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2391.93 kcal; Białko ogółem: 120.91 g; Tłuszcz: 47.91 g; Kw. tł. nasy.: 13.89 g; Węglowodany ogółem: 380.56 g; W tym cukry: 82.98 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2242.10 kcal; Białko ogółem: 60.56 g; Tłuszcz: 44.24 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; Węglowodany ogółem: 411.22 g; W tym cukry: 91.75 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2293.69 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 35.47 g; Kw. tł. nasy.: 8.18 g; Węglowodany ogółem: 412.69 g; W tym cukry: 101.62 g; Błonnik pok.: 35.58 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2320.82 kcal; Białko ogółem: 114.98 g; Tłuszcz: 54.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 350.49 g; W tym cukry: 94.43 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2466.12 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 68.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 364.85 g; W tym cukry: 95.08 g; Błonnik pok.: 33.12 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2834.77 kcal; Białko ogółem: 124.01 g; Tłuszcz: 63.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.74 g; Węglowodany ogółem: 453.29 g; W tym cukry: 158.71 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 8.20 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 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna plynno-papkowata	BIAL- Plynna	BIAL- Kleikowa	BIAL- Wegańska	BIAL- USK Plynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddzial dzienny	
2025-01-13 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) 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 ( <u>SEL</u> )	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasztet z fasoli* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Dren I ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Dren I ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Gulasz sojowy z warzywami* 220 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II ( ) 350 ml	Placki serniczki 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Dren II ( ) 250 ml		
	Kolacja	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasztet wegetariański ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	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 ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	
	Wartość energetyczna: 3033.97 kcal; Białko ogółem: 125.79 g; Tłuszcz: 78.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 472.09 g; W tym cukry: 121.97 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 1011.05 kcal; Białko ogółem: 30.69 g; Tłuszcz: 13.78 g; Kw. tł. nasy.: 7.22 g; Węglowodany ogółem: 194.72 g; W tym cukry: 88.47 g; Błonnik pok.: 8.38 g; Sól: 1.64 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: 2317.66 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 48.49 g; Kw. tł. nasy.: 7.37 g; Węglowodany ogółem: 398.11 g; W tym cukry: 84.53 g; Błonnik pok.: 51.61 g; Sól: 4.62 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: 1082.55 kcal; Białko ogółem: 38.92 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 12.09 g; Węglowodany ogółem: 94.84 g; W tym cukry: 46.70 g; Błonnik pok.: 6.33 g; Sól: 0.29 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAŁ- USK Pooperacyjna plynno-papkowata	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Kleikowa	BIAŁ- Wegańska	BIAŁ- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- USK Podstawowa oddział dzienny	
2025-01-14 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy ( ) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) 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 ( <u>SEL</u> )	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasztet z soczewicy * 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL.</u> )	
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Dren I ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		
	Obiad	Ryżowa ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 180 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Wielowarzynna z zacierką *(bez mleka) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II ( ) 350 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Bitka schabowa 90 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Dren II ( ) 250 ml		
	Kolacja	Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Makaron na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL.</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Hummus 100 g ( <u>SEZ.</u> ) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	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 ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		
	Wartość energetyczna: 2530.31 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 398.58 g; W tym cukry: 104.64 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 925.38 kcal; Białko ogółem: 29.32 g; Tłuszcz: 14.39 g; Kw. tł. nasy.: 7.45 g; Węglowodany ogółem: 172.11 g; W tym cukry: 83.54 g; Błonnik pok.: 5.26 g; Sól: 1.33 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: 2435.18 kcal; Białko ogółem: 64.28 g; Tłuszcz: 91.53 g; Kw. tł. nasy.: 11.09 g; Węglowodany ogółem: 348.36 g; W tym cukry: 54.56 g; Błonnik pok.: 32.88 g; Sól: 6.91 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: 807.11 kcal; Białko ogółem: 41.04 g; Tłuszcz: 28.28 g; Kw. tł. nasy.: 4.53 g; Węglowodany ogółem: 103.84 g; W tym cukry: 27.15 g; Błonnik pok.: 12.56 g; Sól: 1.52 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna plynno-papkowata	BIAL- Plynna	BIAL- Kleikowa	BIAL- Wegańska	BIAL- USK Plynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddzial dzienny
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, OW, JAJ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, JAJ</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, JAJ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Piers gotowana premium-df, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Schab gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU, OW, JAJ</b> ) Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, JAJ</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml ( <b>SEL, JAJ</b> )	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, JAJ</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, JAJ</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, JAJ</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paszta z ciecierzycy * 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, JAJ</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml ( <b>SEL, JAJ</b> )	
II SN	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <b>MLE, JAJ</b> )		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Dren I () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> )	
Obiad	Ziemiaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, JAJ</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pieczeń ryńska drobiowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, JAJ</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL, JAJ</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <b>SEL, JAJ</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, JAJ</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Ziemiaczana (bez miewka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, JAJ</b> ) kotlety ziemniaczane 300g ( <b>GLU PSZ, JAJ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, JAJ</b> ) Surówka z marchwiz olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK, JAJ</b> ) Pieczeń ryńska drobiowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, JAJ</b> ) Surówka z marchwi i jabłką z olejem () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Dren II () 250 ml	
Kolacja	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, JAJ</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, JAJ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR, JAJ</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, JAJ</b> )	Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny () 250 ml ( <b>SEL, JAJ</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, JAJ</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, JAJ</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, JAJ</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z soczewicy czerwonej 100 g Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> )	
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, JAJ</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, JAJ</b> )	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, JAJ</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	
	Wartość energetyczna: 2880.30 kcal; Białko ogółem: 128.78 g; Tłuszcz: 69.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 450.71 g; W tym cukry: 139.47 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 930.10 kcal; Białko ogółem: 31.64 g; Tłuszcz: 16.23 g; Kw. tł. nasy.: 7.75 g; Węglowodany ogółem: 169.35 g; W tym cukry: 69.50 g; Błonnik pok.: 10.37 g; Sól: 2.19 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: 2560.24 kcal; Białko ogółem: 66.01 g; Tłuszcz: 66.73 g; Kw. tł. nasy.: 8.90 g; Węglowodany ogółem: 437.72 g; W tym cukry: 84.46 g; Błonnik pok.: 50.47 g; Sól: 5.32 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: 713.48 kcal; Białko ogółem: 31.30 g; Tłuszcz: 16.08 g; Kw. tł. nasy.: 2.55 g; Węglowodany ogółem: 114.07 g; W tym cukry: 27.74 g; Błonnik pok.: 10.14 g; Sól: 1.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAŁ- USK Pooperacyjna plynno-papkowata	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Kleikowa	BIAŁ- Wegańska	BIAŁ- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- USK Podstawowa oddział dzienny	
2025-01-16 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo, naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynk krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 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 ( <b>SEL</b> )	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paszlet z fasoli* 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> )	
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Dren I ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )		
Obiad	Ziemiaczana ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Klopsik wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz sojowy z warzywami* 230 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 200 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II ( ) 350 ml	Sos boloński z mięsa wp ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Dren II ( ) 250 ml		
Kolejka	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy ( ) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Ryż na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Hummus 100 g ( <b>SEZ</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )		
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chalka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	
	Wartość energetyczna: 2746.03 kcal; Białko ogółem: 108.57 g; Tłuszcz: 75.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 429.59 g; W tym cukry: 114.37 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 966.64 kcal; Białko ogółem: 29.04 g; Tłuszcz: 13.71 g; Kw. tł. nasy.: 7.21 g; Węglowodany ogółem: 185.30 g; W tym cukry: 83.74 g; Błonnik pok.: 7.29 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: 2432.71 kcal; Białko ogółem: 86.83 g; Tłuszcz: 81.49 g; Kw. tł. nasy.: 10.56 g; Węglowodany ogółem: 344.05 g; W tym cukry: 47.39 g; Błonnik pok.: 42.42 g; Sól: 5.68 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: 749.75 kcal; Białko ogółem: 31.87 g; Tłuszcz: 28.37 g; Kw. tł. nasy.: 5.97 g; Węglowodany ogółem: 91.07 g; W tym cukry: 19.93 g; Błonnik pok.: 12.29 g; Sól: 0.84 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAŁ- USK Pooperacyjna plynno-papkowata	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Kleikowa	BIAŁ- Wegańska	BIAŁ- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- USK Podstawowa oddział dzienny	
2025-01-17 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Ryba faszerowana (Dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) 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 ( <u>SEL</u> )	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z brokula * 100 g Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )	
		II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			Dren I () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	
2025-01-17 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> , może zawierać: <u>GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU, JECZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Krupnik jęczmienny (bez miewka) () 350 ml ( <u>SEL, GLU, JECZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 90 g ( <u>SOJ</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Dren II () 250 ml	
2025-01-17 piątek	Kolacja	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasztet z soczewicy* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Mandarynka 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> )	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 UDK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	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 cytrynowym z/c 200 ml
		Wartość energetyczna: 2712,82 kcal; Białko ogółem: 120,29 g; Tłuszcz: 74,45 g; Kw. tł. nasy.: 28,54 g; Węglowodany ogółem: 403,08 g; W tym cukry: 88,59 g; Błonnik pok.: 24,27 g; Sól: 6,89 g;	Wartość energetyczna: 953,76 kcal; Białko ogółem: 29,39 g; Tłuszcz: 14,56 g; Kw. tł. nasy.: 7,43 g; Węglowodany ogółem: 179,29 g; W tym cukry: 83,32 g; Błonnik pok.: 6,33 g; Sól: 1,33 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: 1974,12 kcal; Białko ogółem: 66,86 g; Tłuszcz: 55,87 g; Kw. tł. nasy.: 8,68 g; Węglowodany ogółem: 313,41 g; W tym cukry: 53,89 g; Błonnik pok.: 38,33 g; Sól: 10,37 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: 696,77 kcal; Białko ogółem: 25,86 g; Tłuszcz: 21,05 g; Kw. tł. nasy.: 2,38 g; Węglowodany ogółem: 107,30 g; W tym cukry: 22,45 g; Błonnik pok.: 13,67 g; Sól: 1,84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna plynno-papkowata	BIAL- Plynna	BIAL- Kleikowa	BIAL- Wegańska	BIAL- USK Plynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddzial dzienny	
2025-01-18 sobota	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczak 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) 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 z/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> )	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paszet z ciecierzycy ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren I ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> )	
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Dren I ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kotlety z brokula* 400 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II ( ) 350 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Bigos 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Dren II ( ) 250 ml	
	Kolejca	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓZ</b> ) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza jaglana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Hummus 100 g ( <b>SEZ</b> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chalka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	
	Wartość energetyczna: 2841.88 kcal; Białko ogółem: 127.66 g; Tłuszcz: 72.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 440.86 g; W tym cukry: 127.58 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 976.14 kcal; Białko ogółem: 30.07 g; Tłuszcz: 14.24 g; Kw. tł. nasy.: 7.39 g; Węglowodany ogółem: 185.19 g; W tym cukry: 83.88 g; Błonnik pok.: 7.41 g; Sól: 1.35 g;	Wartość energetyczna: 747.32 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 163.12 g; W tym cukry: 117.99 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: 2665.02 kcal; Białko ogółem: 69.81 g; Tłuszcz: 111.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.30 g; Węglowodany ogółem: 352.43 g; W tym cukry: 67.68 g; Błonnik pok.: 43.39 g; Sól: 8.36 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: 756.50 kcal; Białko ogółem: 21.99 g; Tłuszcz: 29.15 g; Kw. tł. nasy.: 8.15 g; Węglowodany ogółem: 108.96 g; W tym cukry: 33.03 g; Błonnik pok.: 14.46 g; Sól: 3.50 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-13 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna plynno-papkowata	BIAL- Plynna	BIAL- Kleikowa	BIAL- Wegańska	BIAL- USK Plynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddzial dzienny
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) 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 z/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> )	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Hummus 100 g ( <b>SEZ</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren I ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> )	
II SN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			Dren I ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	
Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos własny ( ) 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Pierogi z soczewicą 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka Coleslaw (bez mleka) 200 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II ( ) 350 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Kotlet schabowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			Dren II ( ) 250 ml	
Kolacja	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <b>MLE</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Ryż na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z fasoli 100 g Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren I ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	
	Wartość energetyczna: 2730.01 kcal; Białko ogółem: 115.79 g; Tłuszcz: 77.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 408.07 g; W tym cukry: 109.95 g; Błonnik pok.: 29.24 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 917.09 kcal; Białko ogółem: 28.92 g; Tłuszcz: 13.99 g; Kw. tł. nasy.: 7.31 g; Węglowodany ogółem: 171.13 g; W tym cukry: 83.73 g; Błonnik pok.: 5.63 g; Sól: 1.34 g;	Wartość energetyczna: 747.32 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 163.12 g; W tym cukry: 117.99 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: 2405.14 kcal; Białko ogółem: 70.90 g; Tłuszcz: 69.72 g; Kw. tł. nasy.: 9.56 g; Węglowodany ogółem: 384.76 g; W tym cukry: 68.90 g; Błonnik pok.: 35.66 g; Sól: 8.43 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: 735.80 kcal; Białko ogółem: 32.29 g; Tłuszcz: 24.69 g; Kw. tł. nasy.: 3.84 g; Węglowodany ogółem: 101.51 g; W tym cukry: 16.67 g; Błonnik pok.: 12.20 g; Sól: 1.24 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,