

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 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	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wędziona, parzona z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron 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> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wędziona, parzona z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g 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> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wędziona, parzona z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Filet z indyka gotowany 50 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Salata zielona 10 g Paszet z fasoli* 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Filet z indyka gotowany 50 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron 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> ) Filet z indyka gotowany 50 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wędziona, parzona z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			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 Ogórek kiszony 30 g			
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gołabek siekany z mięsa wp 150 g Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, JAJ</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Klopsik wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez miewka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Risotto wegetariańskie* 300 g ( <b>SEL</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 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 Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )				Banan 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )
Kolejka	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> ) Ser żółty 50 g ( <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> ) 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> ) Piersz gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Twarożek z ziołami 50 g ( <b>MLE</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 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> ) Twarożek z ziołami 50 g ( <b>MLE</b> ) 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 Pyzdra schabowa-wędzonka wędziona schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 ziołami 50 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</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 bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Twarożek z ziołami 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Twarożek z ziołami 50 g ( <b>MLE</b> ) Płatki 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> ) Piersz 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 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	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska-wędzonka wędziona, parzona z wodą dodana 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2697.54 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 413.19 g; W tym cukry: 116.41 g; Błonnik pok.: 35.16 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2402.41 kcal; Białko ogółem: 97.03 g; Tłuszcz: 67.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 368.32 g; W tym cukry: 82.40 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2329.03 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 66.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 344.97 g; W tym cukry: 49.93 g; Błonnik pok.: 40.43 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2327.91 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 13.02 g; Węglowodany ogółem: 361.40 g; W tym cukry: 64.99 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2506.39 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 78.51 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 386.03 g; W tym cukry: 90.53 g; Błonnik pok.: 40.18 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2390.15 kcal; Białko ogółem: 91.02 g; Tłuszcz: 76.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 342.18 g; W tym cukry: 72.45 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 2995.52 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 81.04 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 468.50 g; W tym cukry: 138.80 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 10.32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Podstawowa	BIAL- USK Łatwo strawna	BIAL- USK Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	BIAL- USK Bezmleczna	BIAL- USK Wegetariańska	BIAL- USK Bezglutenowa	BIAL- USK Bogatobiałkowa
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</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> ) Serek homo o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 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> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki 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 kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 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> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la fromage z ziołami 20 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g
Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Fasolka szparagowa z wodą* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g 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> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Fasolka szparagowa z wodą* 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/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> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Makaron z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami () 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml ( <u>MLE</u> ) Fasolka szparagowa z wodą* 200 g 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> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Mandarynka 2 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )				Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Barszcz czerwony czysty () 250 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Kapusta z pieczarkami 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 50 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku () 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kutia 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z suszu 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony czysty () 250 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g ( <u>RYB.</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Kompot z suszu 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony czysty () b/c 250 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Siedz z cebulką w oleju 50 g ( <u>RYB.</u> ) Ryba pieczona (Dorsz) 50 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku () b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż (brązowy) z jabłkiem prażonym i cynamonem b/c 200 g Kompot z suszu b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony czysty () (bez mleka) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Ryba faszerowana (Dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g ( <u>RYB.</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Kompot z suszu 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony czysty () 250 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g ( <u>RYB.</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Kompot z suszu 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony czysty () 250 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Ryba faszerowana (dorsz) (bez glutenu) 50 g ( <u>JAJ, RYB.</u> ) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g ( <u>RYB.</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Kompot z suszu 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony czysty () 250 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Ryba faszerowana (dorsz) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g ( <u>RYB.</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Kompot z suszu 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Keks 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> ) Mandarynka 2 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> ) Mandarynka 2 szt	Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 20 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Mandarynka 2 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> ) Mandarynka 2 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Mandarynka 2 szt
	Wartość energetyczna: 2857.31 kcal; Białko ogółem: 109.76 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; Węglowodany ogółem: 463.16 g; W tym cukry: 116.65 g; Błonnik pok.: 49.86 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2664.12 kcal; Białko ogółem: 104.86 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 464.06 g; W tym cukry: 129.58 g; Błonnik pok.: 43.93 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2639.38 kcal; Białko ogółem: 114.97 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 411.10 g; W tym cukry: 76.18 g; Błonnik pok.: 49.38 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2461.81 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nasy.: 10.40 g; Węglowodany ogółem: 440.14 g; W tym cukry: 113.46 g; Błonnik pok.: 45.18 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2628.28 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 45.86 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 459.36 g; W tym cukry: 141.35 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2383.50 kcal; Białko ogółem: 87.60 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tł. nasy.: 13.73 g; Węglowodany ogółem: 420.54 g; W tym cukry: 120.59 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 3.72 g;	Wartość energetyczna: 3074.80 kcal; Białko ogółem: 129.68 g; Tłuszcz: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 521.92 g; W tym cukry: 150.52 g; Błonnik pok.: 49.45 g; Sól: 9.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 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	
2024-12-25 środa	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>PSZ</u> ) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Sałatka jarzynowa* 150g ( <u>JAJ, MLE</u> , <u>SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Makowiec 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Sałatka jarzynowa* dieta 150g ( <u>MLE</u> , <u>SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka piaskowa 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> , <u>OZI, MLE</u> )	Chleb żytni razowy 120g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Sałatka jarzynowa* 150g ( <u>JAJ, MLE</u> , <u>SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Sałatka jarzynowa z olejem* 150g ( <u>SEL</u> ) Sałata zielona 10g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>PSZ</u> ) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50g ( <u>MLE</u> ) Sałatka jarzynowa* 150g ( <u>JAJ, MLE</u> , <u>SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka piaskowa 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> , <u>OZI, MLE</u> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 120g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Sałatka jarzynowa* dieta 150g ( <u>MLE</u> , <u>SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Sałatka jarzynowa* dieta 150g ( <u>MLE</u> , <u>SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10g Babka piaskowa 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> , <u>OZI, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN		Chleb żytni razowy 30g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20g Sałata zielona 10g				Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20g Sałata zielona 10g
2024-12-25 środa	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ) Surówka Coleslaw () 100g ( <u>JAJ, MLE</u> , <u>GOR</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ) Surówka Coleslaw b/c () 100g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE, GOR</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 90g ( <u>SOJ</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml ( <u>MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD		Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )				Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )
2024-12-25 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Twarożek 50g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 10g Pomidor 100g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE</u> , <u>GOR</u> ) Twarożek 50g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Suflet mięsno-jarzynowy () 50g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, JAJ, SEL</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50g Sałata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 10g Pomidor 100g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 120g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy ()(bez glutenu) 50g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g ( <u>może zawierać: MLE</u> , <u>GOR</u> ) Sałata zielona 10g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g ( <u>może zawierać: MLE</u> , <u>GOR</u> ) Sałata zielona 10g Pomidor 100g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PN	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Chleb żytni razowy 30g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20g Sałata zielona 10g		Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por		
		Wartość energetyczna: 2752.01 kcal; Białko ogółem: 126.65 g; Tłuszcz: 94.80 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 360.06 g; W tym cukry: 88.60 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2593.86 kcal; Białko ogółem: 125.18 g; Tłuszcz: 81.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 344.66 g; W tym cukry: 93.55 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2609.50 kcal; Białko ogółem: 127.32 g; Tłuszcz: 89.51 g; Kw. tł. nasy.: 32.39 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; W tym cukry: 55.04 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sól: 9.50 g;	Wartość energetyczna: 2354.13 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 72.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; Węglowodany ogółem: 323.86 g; W tym cukry: 66.43 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2530.00 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 84.96 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 346.13 g; W tym cukry: 93.09 g; Błonnik pok.: 33.11 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2270.23 kcal; Białko ogółem: 91.21 g; Tłuszcz: 69.90 g; g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 323.29 g; W tym cukry: 68.30 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 3083.60 kcal; Białko ogółem: 147.84 g; Tłuszcz: 96.62 g; Kw. tł. nasy.: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 413.01 g; W tym cukry: 124.83 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 10.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 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	
2024-12-26 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Salatka meksykańska 150 g (JAJ, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (SEL) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Salatka meksykańska 150 g (JAJ, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na warzywie jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (SEL) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Salatka meksykańska 150 g (JAJ, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na warzywie jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (SEL) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (SEL) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN		Chleb żytni razowy 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)
2024-12-26 czwartek	Obiad	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Karczek pieczony 90 g (GLUPSZ, SEL) Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL) Kalaflor gotowany* 100 g Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 90 g (GLUPSZ, SEL) Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL) Kalaflor gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 90 g (GLUPSZ, SEL) Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL) Kalaflor gotowany* 100 g Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 90 g (GLUPSZ, SEL) Kalaflor gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Pierogi z truskawkami * 200 g (GLUPSZ) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez glutenu) 90 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Kalaflor gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 90 g (GLUPSZ, SEL) Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL) Kalaflor gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD		Gruszka 1szt. 150 g Wafle ryżowe 30 g				Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLUPSZ, MLE) Wafle ryżowe 30 g
2024-12-26 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLUPSZ, JAJ) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Chleb żytni razowy 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Salata zielona 10 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLUPSZ, JAJ) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2794.13 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 102.20 g; Kw. tł. nasy.: 35.45 g; Węglowodany ogółem: 376.22 g; W tym cukry: 80.38 g; Błonnik pok.: 33.57 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2467.08 kcal; Białko ogółem: 108.23 g; Tłuszcz: 75.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 346.55 g; W tym cukry: 74.60 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2764.54 kcal; Białko ogółem: 107.40 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 381.76 g; W tym cukry: 53.79 g; Błonnik pok.: 39.15 g; Sól: 9.36 g;	Wartość energetyczna: 2155.94 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 324.79 g; W tym cukry: 54.22 g; Błonnik pok.: 28.59 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2719.48 kcal; Białko ogółem: 88.02 g; Tłuszcz: 87.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 398.25 g; W tym cukry: 105.66 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2049.45 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz: 67.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 281.48 g; W tym cukry: 56.17 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 4.52 g;	Wartość energetyczna: 3146.15 kcal; Białko ogółem: 134.62 g; Tłuszcz: 89.11 g; Kw. tł. nasy.: 37.20 g; Węglowodany ogółem: 461.43 g; W tym cukry: 127.65 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 9.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Podstawowa	BIAL- USK Łatwo strawna	BIAL- USK Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	BIAL- USK Bezmleczna	BIAL- USK Wegetariańska	BIAL- USK Bezglutenowa	BIAL- USK Bogatobiałkowa	
2024-12-27 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Ser topiony 25g 2 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb żytni razowy 120 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Ryba faszerowana (dorsz)(bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ, RYB.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
		II ŚN		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 Pomidor 30 g Sałata zielona 10 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 Pomidor 50 g	
2024-12-27 piątek	Obiad	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD		Jabłko 1 szt 1 szt Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <b>SEL.</b> )			Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	
2024-12-27 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 2 szt 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 50 g ( <b>SEZ.</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 Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Hummus 50 g ( <b>SEZ.</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	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> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Jabłko 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> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt 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	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata 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 tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> ) 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> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.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>GLUPSZ, SOJ.</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )
		Wartość energetyczna: 2640.78 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 79.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 396.26 g; W tym cukry: 109.98 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2491.32 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 387.11 g; W tym cukry: 110.48 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2377.49 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 341.15 g; W tym cukry: 48.81 g; Błonnik pok.: 34.07 g; Sól: 12.47 g;	Wartość energetyczna: 2343.48 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 67.66 g; Kw. tł. nasy.: 11.88 g; Węglowodany ogółem: 358.31 g; W tym cukry: 78.22 g; Błonnik pok.: 29.92 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2630.60 kcal; Białko ogółem: 93.61 g; Tłuszcz: 81.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 389.15 g; W tym cukry: 106.22 g; Błonnik pok.: 28.24 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2302.98 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 66.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 341.97 g; W tym cukry: 93.73 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 3.31 g;	Wartość energetyczna: 3063.33 kcal; Białko ogółem: 136.23 g; Tłuszcz: 80.48 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 461.15 g; W tym cukry: 138.23 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sól: 7.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Podstawowa	BIAL- USK Łatwo strawna	BIAL- USK Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	BIAL- USK Bezmleczna	BIAL- USK Wegetariańska	BIAL- USK Bezglutenowa	BIAL- USK Bogatobiałkowa	
2024-12-28 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml ( <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> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Hummus 50 g ( <b>SEZ</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <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 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Hummus 50 g ( <b>SEZ</b> ) Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <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> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
		II ŚN		Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodana. 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 dodana. 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Sałata zielona 10 g	
2024-12-28 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 200 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sūrówka Coleslaw b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Pierogi z serem* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD		Gruszka 1szt. 150 g Serek homo. naturalny 150 g ( <b>MLE</b> )			Serek homo. naturalny 150 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	
2024-12-28 sobota	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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Pasta z twarogu i rzodkwi białej 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 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> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Pasta z twarogu i rzodkwi białej 50 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 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> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Pasta z twarogu i rzodkwi białej 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 debowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Filet z kurczaka gotowany 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 ( <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 twarogu i rzodkwi białej 50 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 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 bezglutenowy 100 g ( <b>MLE</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml ( <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, S02</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 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 Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Piersz gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2638.96 kcal; Białko ogółem: 113.91 g; Tłuszcz: 85.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.62 g; Węglowodany ogółem: 373.03 g; W tym cukry: 71.70 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 11.40 g;	Wartość energetyczna: 2397.13 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 63.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 365.93 g; W tym cukry: 83.36 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2501.45 kcal; Białko ogółem: 131.91 g; Tłuszcz: 76.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; W tym cukry: 42.84 g; Błonnik pok.: 38.81 g; Sól: 10.31 g;	Wartość energetyczna: 2198.58 kcal; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 48.24 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; Węglowodany ogółem: 342.46 g; W tym cukry: 63.00 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 9.76 g;	Wartość energetyczna: 2858.43 kcal; Białko ogółem: 115.73 g; Tłuszcz: 83.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 417.28 g; W tym cukry: 81.02 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2293.44 kcal; Białko ogółem: 97.32 g; Tłuszcz: 63.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.68 g; Węglowodany ogółem: 343.63 g; W tym cukry: 75.02 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 2965.47 kcal; Białko ogółem: 151.90 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 437.71 g; W tym cukry: 110.45 g; Błonnik pok.: 34.06 g; Sól: 11.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 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	Płatki 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> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki 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> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Twarożek na słodko 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 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 wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki 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 Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Miód (25g) 2 szt Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <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> ) Ser topiony 25g 2 szt ( <b>MLE.</b> ) Paszlet z fasoli* 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml ( <b>MLE, MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Twarożek na słodko 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki 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> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Twarożek na słodko 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 30 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g
Obiad	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 90 g ( <b>SOJ.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Wafle ryżowe 30 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )				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> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sałata 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> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</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 Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <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> ) Paszlet z ciecierzycy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata 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 bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <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> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sałata 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	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</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 dodana 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <b>SEL.</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )
	Wartość energetyczna: 2439.64 kcal; Białko ogółem: 126.97 g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw. tł. nasy.: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 336.74 g; W tym cukry: 79.68 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2280.97 kcal; Białko ogółem: 122.91 g; Tłuszcz: 55.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 329.67 g; W tym cukry: 73.38 g; Błonnik pok.: 17.68 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2213.98 kcal; Białko ogółem: 119.65 g; Tłuszcz: 55.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 320.75 g; W tym cukry: 30.69 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2114.77 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 40.86 g; Kw. tł. nasy.: 11.10 g; Węglowodany ogółem: 346.42 g; W tym cukry: 51.96 g; Błonnik pok.: 18.42 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2498.15 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 366.81 g; W tym cukry: 82.20 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2221.77 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 63.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 303.21 g; W tym cukry: 67.23 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 2677.50 kcal; Białko ogółem: 142.55 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 382.57 g; W tym cukry: 91.31 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 8.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiakowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiakowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa	BIAL- USK Z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	
2024-12-23 poniedziałek	Śniadanie	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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 15 g Dżem 25 g 2 szt Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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 indyka gotowany 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Makaron 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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki (bez soli) 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb żytni razowy 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron 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> ) Filet z indyka gotowany 50 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 100 g 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 ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Dren śniadanie 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Risotto wegetariańskie* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Klopsik wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () (bez soli) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g 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	Banan 1szt. 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt	Dren II () 250 ml
	Kolejca	Płatki pszenne 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 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	Płatki pszenne 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 15 g Twarożek z ziołami 30 g ( <b>MLE.</b> ) 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	Płatki pszenne 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 łopatki wieprzowej 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <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 łopatki wieprzowej (bez soli) 50 g Twarożek z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata 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> ) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata 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	Płatki 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> ) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Twarożek z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 100 g 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	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )
		Wartość energetyczna: 2699.74 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 68.49 g; Kw. tł. nasy.: 14.38 g; Węglowodany ogółem: 443.86 g; W tym cukry: 104.75 g; Błonnik pok.: 38.04 g; Sól: 10.87 g;	Wartość energetyczna: 2070.31 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tł. nasy.: 9.60 g; Węglowodany ogółem: 389.62 g; W tym cukry: 90.83 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2298.40 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 49.75 g; Kw. tł. nasy.: 10.05 g; Węglowodany ogółem: 371.97 g; W tym cukry: 60.99 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 2469.58 kcal; Białko ogółem: 88.50 g; Tłuszcz: 77.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 371.85 g; W tym cukry: 84.25 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2781.00 kcal; Białko ogółem: 113.43 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 431.12 g; W tym cukry: 116.15 g; Błonnik pok.: 35.75 g; Sól: 9.73 g;	Wartość energetyczna: 3084.21 kcal; Białko ogółem: 127.59 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 482.13 g; W tym cukry: 170.92 g; Błonnik pok.: 34.08 g; Sól: 6.30 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 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiakowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiakowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoreszkowa	BIAL- USK Z ogr.tł.(wątrobową)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)
Śniadanie	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Dżem 25 g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Pasta z białek z koperkiem 100 g ( <b>JAJ MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 50 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <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> ) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 50 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek z koperkiem 50 g ( <b>JAJ MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g 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 Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Tofu 20 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10 g		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 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> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Marchew gotowana 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 z ryby (Dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ JAJ RYB</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Marchew gotowana 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 z ryby (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ JAJ RYB</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez soli) () 350 ml ( <b>MLE SEL GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez soli) 90 g ( <b>GLU PSZ JAJ RYB</b> ) Sos pietruszkowy (bez soli)* 100 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem (bez soli) () 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 z ryby (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ JAJ RYB</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <b>MLE SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wodą* 100 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> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Dren II () 250 ml
Kolacja	Barszcz czerwony czysty () (bez mleka) 250 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Ryba faszzerowana (dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ JAJ RYB</b> ) Ryba w galarecie (dorsz) () 80 g ( <b>RYB</b> ) Ryz z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Kompot z suszu 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE SEL</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 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 15 g Ryz z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Miód (25g) 1 szt Kompot z suszu 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Ryba faszzerowana (dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ JAJ RYB</b> ) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g ( <b>RYB</b> ) Ryz z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Kompot z suszu b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony czysty () (bez soli) 250 ml ( <b>MLE SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Ryba faszzerowana (dorsz) (bez soli) 50 g ( <b>GLU PSZ JAJ RYB</b> ) Ryba w galarecie (dorsz) () (bez soli) 80 g ( <b>RYB</b> ) Ryz z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Kompot z suszu 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE SEL</b> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Śledź z cebulką w oleju 50 g ( <b>RYB</b> ) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g ( <b>RYB</b> ) Kapusta z pieczarkami 200 g Kutia 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z suszu 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ GLU ŻYT</b> ) Ryba faszzerowana (dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ JAJ RYB</b> ) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g ( <b>RYB</b> ) Ryz z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Kompot z suszu 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I () 350 ml ( <b>GLU PSZ MLE SEL</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> ) Mandarynka 2 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ JAJ MLE SO2</b> ) Mandarynka 2 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ SOJ</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ JAJ MLE SO2</b> ) Mandarynka 2 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ JAJ MLE SO2</b> ) Mandarynka 2 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ JAJ MLE SO2</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2792.85 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 54.05 g; Kw. tł. nasy.: 12.57 g; Węglowodany ogółem: 490.96 g; W tym cukry: 115.71 g; Błonnik pok.: 48.01 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2517.70 kcal; Białko ogółem: 60.84 g; Tłuszcz: 51.66 g; Kw. tł. nasy.: 11.64 g; Węglowodany ogółem: 474.05 g; W tym cukry: 131.19 g; Błonnik pok.: 41.89 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2433.70 kcal; Białko ogółem: 97.66 g; Tłuszcz: 39.49 g; Kw. tł. nasy.: 8.97 g; Węglowodany ogółem: 434.84 g; W tym cukry: 96.61 g; Błonnik pok.: 38.74 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2690.74 kcal; Białko ogółem: 110.27 g; Tłuszcz: 51.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 465.20 g; W tym cukry: 130.15 g; Błonnik pok.: 44.44 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2780.86 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 453.60 g; W tym cukry: 116.68 g; Błonnik pok.: 48.49 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 3055.53 kcal; Białko ogółem: 116.04 g; Tłuszcz: 58.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; Węglowodany ogółem: 535.28 g; W tym cukry: 181.39 g; Błonnik pok.: 41.56 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2665.63 kcal; Białko ogółem: 149.13 g; Tłuszcz: 105.45 g; Kw. tł. nasy.: 42.29 g; Węglowodany ogółem: 290.05 g; W tym cukry: 126.69 g; Błonnik pok.: 17.31 g; Sól: 3.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiakowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiakowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa	BIAL- USK Z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)
Śniadanie	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Babka piaskowa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 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 kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 50 g Sałatka jarzynowa* dieta (bez soli) 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Babka piaskowa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Sałatka jarzynowa* 150 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Babka piaskowa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</b> ) 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 ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Sałata zielona 10 g		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
Obiad	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Pulpet drobiowy 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez soli) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) (bez soli) 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s (bez soli) 150 g Sos koperkowy *(bez soli) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw ( ) 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) 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	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Kolacja	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 kajzerka 50g 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> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Platki 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 kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy ( ) (bez soli) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata 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 100 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> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata 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	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 kajzerka 50g 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> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g 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	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	
	Wartość energetyczna: 2662.06 kcal; Białko ogółem: 122.76 g; Tłuszcz: 79.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 376.84 g; W tym cukry: 82.12 g; Błonnik pok.: 34.99 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2147.24 kcal; Białko ogółem: 64.73 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 362.16 g; W tym cukry: 74.84 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2446.95 kcal; Białko ogółem: 111.62 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.42 g; Węglowodany ogółem: 359.83 g; W tym cukry: 88.26 g; Błonnik pok.: 42.55 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2650.91 kcal; Białko ogółem: 123.09 g; Tłuszcz: 88.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 348.08 g; W tym cukry: 95.74 g; Błonnik pok.: 26.94 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 2551.45 kcal; Białko ogółem: 123.43 g; Tłuszcz: 83.49 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 339.99 g; W tym cukry: 97.78 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 3141.59 kcal; Białko ogółem: 135.10 g; Tłuszcz: 97.86 g; Kw. tł. nasy.: 35.58 g; Węglowodany ogółem: 445.72 g; W tym cukry: 163.63 g; Błonnik pok.: 40.93 g; Sól: 10.18 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 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiakowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiakowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa	BIAL- USK Z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)
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 kajzerka 50g 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 Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt 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 kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 30 g ( <b>SEL</b> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt 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 kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 100 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 100 g 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 kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* (bez soli) 50 g ( <b>SEL</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem (bez soli) 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczak 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Sałata meksykańska 150 g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ) Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt 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 kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczak 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 100 g 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 ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )	Dren śniadanie 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )
Obiad	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kalańfort gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet wieprzowy 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kalańfort gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez soli) () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 200 g Bitka z szynki wieprzowej (bez soli) 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny (bez soli) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Kalańfort gotowany (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kalańfort gotowany* 100 g Surówka wykwinna z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g 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	Wafle ryżowe 30 g		Mus z jabłek () b/c 100 g			Mus z jabłek () z/c 100 g	Dren II () 250 ml
Kolejka	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU JEJCZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 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 ( <b>SEL, GLU JEJCZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek śmietankowy naturalny 25 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU JEJCZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</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> ) Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka gotowana wieprzowa 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</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 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2516.84 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 398.13 g; W tym cukry: 66.69 g; Błonnik pok.: 34.13 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2131.34 kcal; Białko ogółem: 58.53 g; Tłuszcz: 45.32 g; Kw. tł. nasy.: 17.02 g; Węglowodany ogółem: 385.42 g; W tym cukry: 79.28 g; Błonnik pok.: 33.89 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 2122.52 kcal; Białko ogółem: 83.83 g; Tłuszcz: 43.65 g; Kw. tł. nasy.: 9.97 g; Węglowodany ogółem: 365.20 g; W tym cukry: 50.31 g; Błonnik pok.: 38.33 g; Sól: 7.00 g;	Wartość energetyczna: 2483.20 kcal; Białko ogółem: 115.62 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 346.01 g; W tym cukry: 75.77 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 2727.63 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 94.81 g; Kw. tł. nasy.: 30.60 g; Węglowodany ogółem: 373.20 g; W tym cukry: 81.79 g; Błonnik pok.: 34.18 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2878.91 kcal; Białko ogółem: 123.42 g; Tłuszcz: 80.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 429.86 g; W tym cukry: 118.48 g; Błonnik pok.: 34.48 g; Sól: 10.81 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 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiakowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiakowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa	BIAL- USK z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	
2024-12-27 piątek	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 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g 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 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 15 g Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g 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 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Pasta z białek 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj (bez soli) 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Ryba faszerowana (dorsz)(bez soli) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb żytni razowy 100 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 topiony 25g 2 szt ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta z białek 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g 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 ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )
2024-12-27 piątek	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 40 g ( <b>RYB.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez soli) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) (bez soli) 200 g Ryba pieczona (Dorsz)(bez soli) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II ( ) 350 ml Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
		PD	Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <b>SEL.</b> )		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Dren II ( ) 250 ml
2024-12-27 piątek	Kolacja	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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 Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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 15 g Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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 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 ( <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> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 2 szt Salata 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 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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 łopatki wieprzowej 50 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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, SEL.</b> ) Bulion drobiowo-warzywny ( ) 250 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	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> )		Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )
		Wartość energetyczna: 2594.60 kcal; Białko ogółem: 105.72 g; Tłuszcz: 69.42 g; Kw. tł. nasy.: 14.20 g; Węglowodany ogółem: 402.04 g; W tym cukry: 89.28 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 10.31 g;	Wartość energetyczna: 2254.63 kcal; Białko ogółem: 59.77 g; Tłuszcz: 50.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.82 g; Węglowodany ogółem: 404.50 g; W tym cukry: 101.44 g; Błonnik pok.: 30.90 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 2268.83 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 48.91 g; Kw. tł. nasy.: 9.85 g; Węglowodany ogółem: 373.02 g; W tym cukry: 62.19 g; Błonnik pok.: 38.46 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2491.32 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 387.11 g; W tym cukry: 110.48 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 2627.24 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 79.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 392.88 g; W tym cukry: 110.71 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 3047.23 kcal; Białko ogółem: 124.53 g; Tłuszcz: 77.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 479.41 g; W tym cukry: 164.56 g; Błonnik pok.: 41.36 g; Sól: 7.48 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 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiakowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiakowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa	BIAL- USK Z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	
2024-12-28 sobota	Śniadanie	Ryż 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 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na 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 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż 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> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <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> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (bez soli) 50 g Hummus 50 g ( <b>SEZ</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Hummus 50 g ( <b>SEZ</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g 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 ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Sałata zielona 10 g		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )
2024-12-28 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy (bez soli) 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane (bez soli) () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane () 200 g 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	Jabłko 1 szt 1 szt		Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt	Dren II () 250 ml
2024-12-28 sobota	Kolacja	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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 Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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 15 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <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 homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Sałata 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 100 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, SO2</b> ) Pasta z twarogu i rozdkwi białej 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata 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	Makaron 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, SO2</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g 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 ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )
		Wartość energetyczna: 2513.34 kcal; Białko ogółem: 126.45 g; Tłuszcz: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 14.52 g; Węglowodany ogółem: 399.19 g; W tym cukry: 79.13 g; Błonnik pok.: 33.71 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2201.92 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 41.42 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; Węglowodany ogółem: 400.20 g; W tym cukry: 66.19 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2326.92 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 34.33 g; Kw. tł. nasy.: 8.20 g; Węglowodany ogółem: 401.02 g; W tym cukry: 87.09 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 2525.89 kcal; Białko ogółem: 118.30 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 365.16 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2625.42 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 84.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 369.65 g; W tym cukry: 72.43 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 10.86 g;	Wartość energetyczna: 3022.46 kcal; Białko ogółem: 137.89 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 479.28 g; W tym cukry: 167.40 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2499.63 kcal; Białko ogółem: 142.23 g; Tłuszcz: 102.25 g; Kw. tł. nasy.: 40.30 g; Węglowodany ogółem: 262.55 g; W tym cukry: 103.59 g; Błonnik pok.: 17.31 g; Sól: 3.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobialkowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobialkowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.tł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa	BIAL- USK Z ogr.tł.(wątrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków żołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)
Śniadanie	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 Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <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 15 g Mus z jabłek () z/c 100 g Naleśniki z dżemem truskawkowym 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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> ) Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <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> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb żytni razowy 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Twarożek na słodko 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 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> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Twarożek na słodko 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g 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 SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony, 20 g Sałata zielona 10 g		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml
Obiad	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet wieprzowy 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 200 g Schab gotowany (bez soli) 90 g Sos własny (bez soli) 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g 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	Mus z jabłek () z/c 100 g	Mus z jabłek () b/c 100 g			Mus z jabłek () b/c 100 g	Dren II () 250 ml
Kolejca	Platki pszenne 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) 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 ( <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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <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> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <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> ) Dżem 25 g 2 szt Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sałata 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 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sałata 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	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> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g 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 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <b>SEL.</b> )	Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <b>SEL.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	
	Wartość energetyczna: 2410.76 kcal; Białko ogółem: 120.90 g; Tłuszcz: 56.24 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; Węglowodany ogółem: 368.72 g; W tym cukry: 59.69 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 11.40 g;	Wartość energetyczna: 2335.62 kcal; Białko ogółem: 65.23 g; Tłuszcz: 49.40 g; Kw. tł. nasy.: 14.73 g; Węglowodany ogółem: 419.64 g; W tym cukry: 70.43 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2139.99 kcal; Białko ogółem: 97.85 g; Tłuszcz: 51.15 g; Kw. tł. nasy.: 11.41 g; Węglowodany ogółem: 340.40 g; W tym cukry: 37.85 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 6.00 g;	Wartość energetyczna: 2448.31 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 69.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 351.17 g; W tym cukry: 91.90 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sól: 4.45 g;	Wartość energetyczna: 2326.83 kcal; Białko ogółem: 124.17 g; Tłuszcz: 57.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; Węglowodany ogółem: 339.59 g; W tym cukry: 81.72 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2786.27 kcal; Białko ogółem: 131.08 g; Tłuszcz: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 29.65 g; Węglowodany ogółem: 422.79 g; W tym cukry: 121.30 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sól: 7.50 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 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAL- Płynna	BIAL- Kleikowa	BIAL- Wegańska	BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny
Śniadanie	Makaron 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% 10g ( <b>MLE</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 50g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50g Herbata czarna granulowana 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 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 Paszтет z fasoli* 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sałata 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 b/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Dren I () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	
Obiad	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 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	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Risotto wegetariańskie* 350 g ( <b>SEL</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z marchwi i selera z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <b>JAJ</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Dren II () 250 ml	
Kolejca	Płatki 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 extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z ziołami 50 g ( <b>MLE</b> ) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, 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 Paszтет z soczewicy * 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sałata 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 Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> ) 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 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 Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2752.65 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 425.33 g; W tym cukry: 101.13 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 1001.65 kcal; Białko ogółem: 29.89 g; Tłuszcz: 14.17 g; Kw. tł. nasy.: 7.38 g; Węglowodany ogółem: 192.99 g; W tym cukry: 85.15 g; Błonnik pok.: 9.56 g; Sól: 1.79 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: 2363.75 kcal; Białko ogółem: 66.60 g; Tłuszcz: 70.56 g; Kw. tł. nasy.: 9.67 g; Węglowodany ogółem: 390.13 g; W tym cukry: 67.19 g; Błonnik pok.: 48.20 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2080.39 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 223.75 g; W tym cukry: 50.01 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 914.43 kcal; Białko ogółem: 31.09 g; Tłuszcz: 22.02 g; Kw. tł. nasy.: 5.07 g; Węglowodany ogółem: 156.88 g; W tym cukry: 62.82 g; Błonnik pok.: 16.50 g; Sól: 1.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAŁ- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Kleikowa	BIAŁ- Wegańska	BIAŁ- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- USK Podstawowa oddział dzienny	
2024-12-24 wtorek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z białek z koperkiem 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/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 Hummus 100 g ( <u>SEZ</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną 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	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Dren I () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	
2024-12-24 wtorek	Obiad	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> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g 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 () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Pierogi z soczewicą 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Mandarynka 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Dren II () 250 ml	
2024-12-24 wtorek	Kolacja	Barszcz czerwony czysty () 250 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Ryba faszzerowana (dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g ( <u>RYB</u> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Kompot z suszu 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 z/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 Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Kutia 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z suszu 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 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> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> ) Mandarynka 2 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
		Wartość energetyczna: 2855.44 kcal; Białko ogółem: 110.23 g; Tłuszcz: 62.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 480.31 g; W tym cukry: 120.70 g; Błonnik pok.: 41.26 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 926.93 kcal; Białko ogółem: 30.35 g; Tłuszcz: 14.90 g; Kw. tł. nasy.: 7.51 g; Węglowodany ogółem: 172.74 g; W tym cukry: 69.39 g; Błonnik pok.: 10.21 g; Sól: 2.19 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: 2598.00 kcal; Białko ogółem: 66.44 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.05 g; Węglowodany ogółem: 454.94 g; W tym cukry: 96.74 g; Błonnik pok.: 31.37 g; Sól: 5.71 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: 621.59 kcal; Białko ogółem: 29.67 g; Tłuszcz: 11.77 g; Kw. tł. nasy.: 2.88 g; Węglowodany ogółem: 107.74 g; W tym cukry: 21.44 g; Błonnik pok.: 16.28 g; Sól: 1.73 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2024-12-25 środa	2024-12-26 czwartek	2024-12-27 piątek	2024-12-28 sobota	2024-12-29 niedziela	2024-12-30 poniedziałek	
Sniadanie	<p>BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata</p> <p>Kasza jaglana na mleku 350 ml (<b>MLE</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>) Szynkowa dębowa kiel wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.miejad 50 g Rolada z łopatkı wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</b>)</p>	<p>BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata</p> <p>Kasza jaglana na mleku 350 ml (<b>MLE</b>) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>BIAL- Płynna</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>BIAL- Kleikowa</p> <p>Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>BIAL- Wegańska</p> <p>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 t.(60%) kubek 10 g Sałatka jarzynowa* 150 g (<b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b>) Sałata zielona 10 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana</p> <p>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>)</p>	BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Dren I () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	
Obiad	<p>Rosół z makaronem () 350 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (<b>GLU PSZ, JAJ</b>) Sos koperkowy * 50 ml (<b>GLU PSZ, MLE</b>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 350 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<b>SEL</b>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>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</p>	<p>Bulion warzywny z makaronem * 350 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 90 g (<b>SOJ</b>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Dren II () 350 ml</p>	<p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw () 100 g (<b>JAJ, MLE, GOR</b>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>
	PD	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Dren II () 250 ml	
Kolacja	<p>Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<b>MLE</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Bułka pszenna kajzerka 50g 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>) Twarożek 50 g (<b>MLE</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<b>MLE</b>) Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Bulion warzywny () 250 ml (<b>SEL</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Margaryna o zawartości 3/4 t.(60%) kubek 10 g Hummus 100 g (<b>SEZ</b>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Dren I () 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE</b>)</p>	
	PN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 3016.47 kcal; Białko ogółem: 123.47 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 31.14 g; Węglowodany ogółem: 449.91 g; W tym cukry: 110.78 g; Błonnik pok.: 33.77 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 956.40 kcal; Białko ogółem: 34.43 g; Tłuszcz: 16.63 g; Kw. tł. nasy.: 8.30 g; Węglowodany ogółem: 169.45 g; W tym cukry: 83.28 g; Błonnik pok.: 5.68 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: 2156.21 kcal; Białko ogółem: 66.62 g; Tłuszcz: 62.18 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; Węglowodany ogółem: 335.61 g; W tym cukry: 64.83 g; Błonnik pok.: 33.65 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2080.39 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 223.75 g; W tym cukry: 50.01 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 822.24 kcal; Białko ogółem: 49.57 g; Tłuszcz: 31.56 g; Kw. tł. nasy.: 8.15 g; Węglowodany ogółem: 88.49 g; W tym cukry: 20.48 g; Błonnik pok.: 9.23 g; Sól: 1.55 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAL- Płynna	BIAL- Kleikowa	BIAL- Wegańska	BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny	
2024-12-26 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta drobiowo-warzywiana z udźca kurczaka* 50 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL.)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Sałatka meksykańska 150 g (JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.)	
		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Dren I () 250 ml (GLU PSZ, MLE.)	
2024-12-26 czwartek	Obiad	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 90 g (GLU PSZ) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kalafior gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Pierogi z truskawkami* 200 g (GLU PSZ) Jabiko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej 90 g (GLU PSZ) Kalafior gotowany* 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Dren II () 250 ml	
2024-12-26 czwartek	Kolacja	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.)	
		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
		Wartość energetyczna: 2834.91 kcal; Białko ogółem: 125.08 g; Tłuszcz: 85.04 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 399.73 g; W tym cukry: 99.94 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 929.64 kcal; Białko ogółem: 29.05 g; Tłuszcz: 14.60 g; Kw. tł. nasy.: 7.44 g; Węglowodany ogółem: 173.70 g; W tym cukry: 86.33 g; Błonnik pok.: 7.53 g; Sól: 1.77 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: 2342.40 kcal; Białko ogółem: 53.34 g; Tłuszcz: 53.27 g; Kw. tł. nasy.: 7.49 g; Węglowodany ogółem: 417.95 g; W tym cukry: 78.92 g; Błonnik pok.: 37.33 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2080.39 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 223.75 g; W tym cukry: 50.01 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 748.41 kcal; Białko ogółem: 38.32 g; Tłuszcz: 28.91 g; Kw. tł. nasy.: 4.93 g; Węglowodany ogółem: 89.91 g; W tym cukry: 19.10 g; Błonnik pok.: 11.42 g; Sól: 1.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAŁ- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Kleikowa	BIAŁ- Wegańska	BIAŁ- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- USK Podstawowa oddział dzienny	
2024-12-27 piątek	Sniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 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% 10g ( <b>MLE</b> ) Ryba faszzerowana (dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SZ, MCK.</b> ) Pasta z jaj 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</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 Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Sałata 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> ) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml ( <b>SEL.</b> )	
		II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Dren I () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	
2024-12-27 piątek	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, 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	Brokułowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 90 g ( <b>SOJ.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g ( <b>MLE.</b> )		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Dren II () 250 ml	
2024-12-27 piątek	Kolejca	Płatki żytnie na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT.</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% 10g ( <b>MLE</b> ) Rolada z łopatką wieprzowej 50g Twaróg półtusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana 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 Dżem 80 g Jabłko 150 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 Drożdżówka mini 50g 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 tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
		Wartość energetyczna: 2755.42 kcal; Białko ogółem: 118.64 g; Tłuszcz: 71.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 427.22 g; W tym cukry: 94.17 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 966.24 kcal; Białko ogółem: 29.18 g; Tłuszcz: 13.28 g; Kw. tł. nasy.: 7.27 g; Węglowodany ogółem: 186.61 g; W tym cukry: 83.41 g; Błonnik pok.: 9.15 g; Sól: 1.76 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: 1886.78 kcal; Białko ogółem: 53.79 g; Tłuszcz: 36.56 g; Kw. tł. nasy.: 6.54 g; Węglowodany ogółem: 344.31 g; W tym cukry: 94.64 g; Błonnik pok.: 40.24 g; Sól: 6.46 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: 748.64 kcal; Białko ogółem: 28.89 g; Tłuszcz: 26.57 g; Kw. tł. nasy.: 2.81 g; Węglowodany ogółem: 104.17 g; W tym cukry: 23.07 g; Błonnik pok.: 12.66 g; Sól: 1.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAL- Płynna	BIAL- Kleikowa	BIAL- Wegańska	BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny	
2024-12-28 sobota	Śniadanie	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% 10g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Suchary b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana 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	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> ) Sałata 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 wiśniowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Dren I () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>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	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz sojowy z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Dren II () 250 ml	
	Kolacja	Ryż na mleku 300 ml ( <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% 10g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Makaron na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, 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 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 Pasta warzywna* 100 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 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 Chaika 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 Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2766.93 kcal; Białko ogółem: 119.36 g; Tłuszcz: 77.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 418.31 g; W tym cukry: 100.67 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 989.43 kcal; Białko ogółem: 30.24 g; Tłuszcz: 13.89 g; Kw. tł. nasy.: 7.27 g; Węglowodany ogółem: 190.88 g; W tym cukry: 85.32 g; Błonnik pok.: 10.09 g; Sól: 1.15 g;	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;	Wartość energetyczna: 2261.59 kcal; Białko ogółem: 79.59 g; Tłuszcz: 64.54 g; Kw. tł. nasy.: 9.22 g; Węglowodany ogółem: 350.12 g; W tym cukry: 60.10 g; Błonnik pok.: 48.87 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2133.59 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 237.06 g; W tym cukry: 63.32 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 763.19 kcal; Białko ogółem: 34.98 g; Tłuszcz: 28.26 g; Kw. tł. nasy.: 6.12 g; Węglowodany ogółem: 97.57 g; W tym cukry: 21.54 g; Błonnik pok.: 10.39 g; Sól: 2.48 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2024-12-29 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAL- Płynna	BIAL- Kleikowa	BIAL- Wegańska	BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny	
2024-12-29 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Rolada z łopatki wieprzowej 50g Twarożek na słodko 50g (MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paszтет z fasoli* 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL)	
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Dren I () 250 ml (GLUPSZ, MLE.)		
	Obiad	Grysikowa () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLUPSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Bulion warzywny z makaronem * 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 90 g (SOJ.) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Dren II () 250 ml	
	Kolejca	Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 50g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Suflet mięsno-jarzywny () 50 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paszтет z ciecierzycy () 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLUPSZ, MLE.)	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50g (GLUPSZ, JAJ.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	
	Wartość energetyczna: 2681.48 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 31.02 g; Węglowodany ogółem: 394.27 g; W tym cukry: 102.19 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 909.53 kcal; Białko ogółem: 27.34 g; Tłuszcz: 13.17 g; Kw. tł. nasy.: 7.29 g; Węglowodany ogółem: 173.80 g; W tym cukry: 84.21 g; Błonnik pok.: 7.16 g; Sól: 1.73 g;	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;	Wartość energetyczna: 2197.26 kcal; Białko ogółem: 77.25 g; Tłuszcz: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 8.89 g; Węglowodany ogółem: 355.77 g; W tym cukry: 59.16 g; Błonnik pok.: 48.59 g; Sól: 4.74 g;	Wartość energetyczna: 2133.59 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 237.06 g; W tym cukry: 63.32 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 640.98 kcal; Białko ogółem: 42.23 g; Tłuszcz: 13.17 g; Kw. tł. nasy.: 3.73 g; Węglowodany ogółem: 92.20 g; W tym cukry: 19.51 g; Błonnik pok.: 9.56 g; Sól: 1.19 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,