

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Podstawowa	BIAŁ- USK Łatwo strawna	BIAŁ- USK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	BIAŁ- USK Bezmleczna	BIAŁ- USK Wegetariańska	BIAŁ- USK Bezglutenowa
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Paszlet szefa z dodatkiem białka sojowego 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salata zielona 10 g Rzodkiewka 30 g			
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeniaki 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (<u>GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńka duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeniaki 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Dyńka z wody 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Arbuz 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z brokula* 50 g Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z brokula* 50 g Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z brokula* 50 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z brokula* 50 g Paszlet wegetariański () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z brokula* 50 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiełbasa w p. gr. rozdr. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niej. 20 g Ogórek świeży 50 g	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2842.55 kcal; Białko ogółem: 110.57 g; Tłuszcz: 111.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 362.24 g; W tym cukry: 115.23 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 2352.93 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 56.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 377.18 g; W tym cukry: 100.22 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2323.04 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 344.42 g; W tym cukry: 50.76 g; Błonnik pok.: 37.34 g; Sól: 11.18 g;	Wartość energetyczna: 2209.45 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 10.98 g; Węglowodany ogółem: 354.09 g; W tym cukry: 62.40 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2982.41 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 122.82 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 373.86 g; W tym cukry: 117.41 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2047.29 kcal; Białko ogółem: 77.19 g; Tłuszcz: 58.45 g; Kw. tł. nasy.: 17.61 g; Węglowodany ogółem: 307.08 g; W tym cukry: 57.11 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 4.65 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Podstawowa	BIAL- USK Łatwa strawna	BIAL- USK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	BIAL- USK Bezmleczna	BIAL- USK Wegetariańska	BIAL- USK Bezglutenowa	
2024-07-30 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Surfet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasztet z soczewicy * 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g Pomidor 30 g				
	Obiad	Wielowarzywna z zacierką() 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet drobiowy panierowany 90 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką() 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Salatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() (bez mleka) 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU, PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką() 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2408.14 kcal; Białko ogółem: 110.54 g; Tłuszcz: 74.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 332.51 g; W tym cukry: 86.03 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2224.51 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 52.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 329.39 g; W tym cukry: 92.78 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2177.18 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 62.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 302.76 g; W tym cukry: 46.87 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 1911.60 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 36.74 g; Kw. tł. nasy.: 9.37 g; Węglowodany ogółem: 308.89 g; W tym cukry: 63.34 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2797.46 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 80.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 404.39 g; W tym cukry: 89.84 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 1951.29 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.27 g; Węglowodany ogółem: 292.73 g; W tym cukry: 73.07 g; Błonnik pok.: 19.07 g; Sól: 4.56 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka z ryżu i tuńczyka (i) (z olejem) 100 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka z ryżu i tuńczyka-dieta (i)(z olejem) 100 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka z ryżu i tuńczyka (i) (z olejem) 100 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor 100 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW, ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Schab gotowany 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet z ciecierzycy * 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Salatka z ryżu i tuńczyka (i) (z olejem) 100 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Salatka z ryżu i tuńczyka-dieta (i)(z olejem) 100 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 100 g
	II SN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 30 g Salata zielona 10 g			
Obiad	Kapuśniak z kapusty młodej (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surowka z marchwi i jabłka z olejem (i) 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surowka z marchwi i jabłka z olejem (i) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty młodej (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surowka z marchwi i jabłka z olejem (i) 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surowka z marchwi i jabłka z olejem (i) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlet z jaj 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surowka z marchwi i jabłka z olejem (i) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) (i) 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL</u>) Surowka z marchwi i jabłka z olejem (i) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Arbuz 100 g Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>)			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Salata zielona 10 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rolada z łopatką 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
	PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Dżem 25 g 1 szt		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozdz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Dżem 25 g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2709.48 kcal; Białko ogółem: 106.08 g; Tłuszcz: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 389.37 g; W tym cukry: 86.63 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2675.97 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 76.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 399.93 g; W tym cukry: 88.17 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2616.83 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 367.57 g; W tym cukry: 54.89 g; Błonnik pok.: 37.95 g; Sól: 10.15 g;	Wartość energetyczna: 2331.57 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 53.40 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 361.22 g; W tym cukry: 67.90 g; Błonnik pok.: 31.62 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2876.84 kcal; Białko ogółem: 96.43 g; Tłuszcz: 91.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 425.60 g; W tym cukry: 88.78 g; Błonnik pok.: 41.10 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 2545.21 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 81.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 365.73 g; W tym cukry: 79.82 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sól: 4.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Salatka meksykańska z fasolą* (z olejem) 150 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Salatka meksykańska z fasolą* (z olejem) 150 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dod. wody w osł.niejad 50 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Salatka meksykańska z fasolą* (z olejem) 150 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dod. wody w osł.niejad 50 g Salatka meksykańska z fasolą* (z olejem) 150 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 30 g		
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Hummus 50 g (<u>SEJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2520.44 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 364.50 g; W tym cukry: 77.82 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2366.91 kcal; Białko ogółem: 108.30 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 348.44 g; W tym cukry: 73.94 g; Błonnik pok.: 19.38 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2432.27 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 76.54 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 342.01 g; W tym cukry: 37.39 g; Błonnik pok.: 33.41 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2096.54 kcal; Białko ogółem: 93.85 g; Tłuszcz: 50.62 g; Kw. tł. nasy.: 11.56 g; Węglowodany ogółem: 326.04 g; W tym cukry: 51.06 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2732.16 kcal; Białko ogółem: 114.63 g; Tłuszcz: 84.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 372.45 g; W tym cukry: 71.69 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2541.33 kcal; Białko ogółem: 104.97 g; Tłuszcz: 79.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 350.99 g; W tym cukry: 64.21 g; Błonnik pok.: 18.52 g; Sól: 5.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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	
2024-08-02 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>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>) Ryba faszerowana (dorsz)(bez glutenu) 50 g (<u>JAJ, RYB</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g Rzodkiewka 30 g			
	Obrzyd	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryzowa* 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 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
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona parzona z dod.wody białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ogórek świeży 50 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g
	Wartość energetyczna: 2510.25 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 87.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 344.59 g; W tym cukry: 84.34 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 9.24 g;	Wartość energetyczna: 2296.02 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 54.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 362.37 g; W tym cukry: 98.07 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2296.27 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 70.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 327.37 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 34.56 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2007.51 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 41.72 g; Kw. tł. nasy.: 9.41 g; Węglowodany ogółem: 340.94 g; W tym cukry: 86.79 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2521.58 kcal; Białko ogółem: 98.90 g; Tłuszcz: 90.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.82 g; Węglowodany ogółem: 341.07 g; W tym cukry: 83.59 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2037.25 kcal; Białko ogółem: 78.14 g; Tłuszcz: 55.10 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 314.88 g; W tym cukry: 88.65 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 4.23 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- USK Podstawowa	BIAŁ- USK Łatwo strawna	BIAŁ- USK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	BIAŁ- USK Bezmleczna	BIAŁ- USK Wegetariańska	BIAŁ- USK Bezglutenowa	
2024-08-03 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 30 g			
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Banan 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mięso drobiowe gotowane z uduca kurczaka 90 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryz na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz na sypko (paraboliczny) 200 g Kotlety z brokuła* 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryz na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu)* 230 g (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет szefa z dodatkiem białka sojowego 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 50 g Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g 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 (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 50 g Rolada z łopatkii 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
	PN	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sok pomidorowy 0,2l-100% tłoczony 1 szt	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2721.90 kcal; Białko ogółem: 109.44 g; Tłuszcz: 92.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.91 g; Węglowodany ogółem: 382.29 g; W tym cukry: 115.18 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sól: 10.37 g;	Wartość energetyczna: 2656.45 kcal; Białko ogółem: 123.36 g; Tłuszcz: 79.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 382.41 g; W tym cukry: 93.75 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2473.38 kcal; Białko ogółem: 116.12 g; Tłuszcz: 85.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 329.21 g; W tym cukry: 46.30 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2293.99 kcal; Białko ogółem: 117.88 g; Tłuszcz: 51.69 g; Kw. tł. nasy.: 11.85 g; Węglowodany ogółem: 357.05 g; W tym cukry: 70.87 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2880.68 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 101.54 g; Kw. tł. nasy.: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 401.53 g; W tym cukry: 90.93 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2502.35 kcal; Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 353.14 g; W tym cukry: 87.28 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 4.34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 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
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ, ŻYT.</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>) Pierś gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ, ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa.szynka wędzona.parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ, ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa.szynka wędzona.parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa.wędzona.parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 30 g			
Obiad	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Mizeria 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Mizeria 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Pierogi z truskawkami * 200 g (<u>GLU, PSZ</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa. średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) 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 (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 50 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 50 g Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ.</u>) Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ.</u>) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU, PSZ, SOJ.</u>) Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2309.54 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 63.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 338.80 g; W tym cukry: 89.64 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2178.64 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; Tłuszcz: 51.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 323.70 g; W tym cukry: 89.97 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2062.76 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 54.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 288.26 g; W tym cukry: 39.63 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 1936.39 kcal; Białko ogółem: 110.23 g; Tłuszcz: 37.31 g; Kw. tł. nasy.: 10.54 g; Węglowodany ogółem: 300.41 g; W tym cukry: 69.31 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2537.38 kcal; Białko ogółem: 87.18 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 384.63 g; W tym cukry: 116.07 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 1998.19 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.07 g; Węglowodany ogółem: 288.15 g; W tym cukry: 80.95 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 4.60 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiałkowa	BIAL- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiałkowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.łł. (truskawkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa	
2024-07-29 poniedziałek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Naleśniki z dżemem truskawkowym 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SÓZ</u>) Paszlet szefa z dodatkami białka sojowego 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GÓR</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Salata zielona 10 g		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surowka z selera i jabłka z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Dymna duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surowka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (<u>GÓR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Arbuz 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Arbuz 100 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Kolacja	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z brokuła * 50 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z brokuła * 50 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z brokuła * 50 g Twarożek 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z brokuła* (bez soli) 50 g Rolada z łopatkii wieprzowej (bez soli) 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z brokuła * 50 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 3009.83 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 464.04 g; W tym cukry: 136.80 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2508.18 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 12.50 g; Węglowodany ogółem: 407.42 g; W tym cukry: 78.55 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2291.15 kcal; Białko ogółem: 62.07 g; Tłuszcz: 53.87 g; Kw. tł. nasy.: 10.45 g; Węglowodany ogółem: 404.90 g; W tym cukry: 74.27 g; Błonnik pok.: 36.16 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 2494.09 kcal; Białko ogółem: 112.94 g; Tłuszcz: 46.74 g; Kw. tł. nasy.: 8.42 g; Węglowodany ogółem: 413.87 g; W tym cukry: 88.75 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2459.45 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 61.30 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 379.35 g; W tym cukry: 101.45 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2372.46 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 351.05 g; W tym cukry: 78.47 g; Błonnik pok.: 37.34 g; Sól: 10.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiałkowa	BIAL- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiałkowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.łł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa	
2024-07-30 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasagrubo rozdrobniona 50 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml		
	Obiad	Wielowarzynna z zacierką() 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką() (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką() (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udzka gotowany mielony 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką() (bez soli) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () (bez soli) 200 g Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 90 g Sos pietruszkowy (bez soli)* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane (bez soli) () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką() 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Kolacja	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 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	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Podpłomyki b/c 40 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2729.57 kcal; Białko ogółem: 141.51 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 403.01 g; W tym cukry: 105.32 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 10.51 g;	Wartość energetyczna: 2213.86 kcal; Białko ogółem: 109.85 g; Tłuszcz: 41.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.77 g; Węglowodany ogółem: 366.31 g; W tym cukry: 79.47 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sól: 11.05 g;	Wartość energetyczna: 2055.89 kcal; Białko ogółem: 69.89 g; Tłuszcz: 37.72 g; Kw. tł. nasy.: 8.75 g; Węglowodany ogółem: 373.51 g; W tym cukry: 83.74 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2037.73 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 24.39 g; Kw. tł. nasy.: 6.44 g; Węglowodany ogółem: 363.29 g; W tym cukry: 81.99 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2316.66 kcal; Białko ogółem: 134.96 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 327.83 g; W tym cukry: 92.46 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 2262.61 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 318.30 g; W tym cukry: 87.05 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 8.24 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiałkowa	BIAL- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiałkowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÖR</u>) Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta (i)z olejem 100 g (<u>RYB</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 100 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta (i)z olejem 150 g (<u>RYB</u>) Schab gotowany 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta (i)z olejem 50 g (<u>RYB</u>) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 100 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Schab gotowany 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Schab gotowany (bez soli) 50 g Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta (i)z olejem 100 g (<u>RYB</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ZYT</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÖR</u>) Salatka z ryżu i tuńczyka (i) z olejem 100 g (<u>RYB</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 100 g
	II SNI	Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Ogórek świeży 50 g		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
Obiad	Ziemiacciżana (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (i) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiacciżana (bez mleka) (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (i) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiacciżana (bez mleka) (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (i) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiacciżana (bez mleka) (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem (i) 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemiacciżana (bez soli) (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko (bez soli) 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez soli) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* (bez soli) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (i) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty młodej (i) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GÖR</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem (i) 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Arbuz 100 g	Arbuz 100 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
Kolacja	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÖR</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÖR</u>) Mus z jabłek (i) z/c 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z ziołami (bez soli) 50 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÖR</u>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Dżem 25 g 1 szt			Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Dżem 25 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 3176.42 kcal; Białko ogółem: 134.19 g; Tłuszcz: 86.05 g; Kw. tł. nasy.: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 480.50 g; W tym cukry: 144.87 g; Błonnik pok.: 37.64 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 2866.20 kcal; Białko ogółem: 120.41 g; Tłuszcz: 74.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.88 g; Węglowodany ogółem: 444.84 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 38.93 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 1963.43 kcal; Białko ogółem: 48.77 g; Tłuszcz: 39.16 g; Kw. tł. nasy.: 8.02 g; Węglowodany ogółem: 371.66 g; W tym cukry: 91.30 g; Błonnik pok.: 36.05 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2495.09 kcal; Białko ogółem: 121.17 g; Tłuszcz: 50.14 g; Kw. tł. nasy.: 12.58 g; Węglowodany ogółem: 404.57 g; W tym cukry: 78.51 g; Błonnik pok.: 35.89 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2699.78 kcal; Białko ogółem: 118.07 g; Tłuszcz: 74.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 399.84 g; W tym cukry: 89.64 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2695.94 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 85.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 385.99 g; W tym cukry: 87.36 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 8.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiałkowa	BIAL- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiałkowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.łł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SÓZ</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SÓZ</u>) Miód (25g) 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SÓZ</u>) Salatka meksykańska z fasolą* (z olejem) 150 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron (bez soli) 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pelonozianisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
Kolacja	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2832.70 kcal; Białko ogółem: 128.27 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 422.80 g; W tym cukry: 113.32 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2547.43 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz: 57.74 g; Kw. tł. nasy.: 11.81 g; Węglowodany ogółem: 416.33 g; W tym cukry: 66.64 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 1980.19 kcal; Białko ogółem: 56.34 g; Tłuszcz: 34.60 g; Kw. tł. nasy.: 9.03 g; Węglowodany ogółem: 375.96 g; W tym cukry: 70.11 g; Błonnik pok.: 20.71 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2394.38 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kw. tł. nasy.: 9.68 g; Węglowodany ogółem: 399.31 g; W tym cukry: 55.80 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2387.62 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.22 g; Węglowodany ogółem: 371.22 g; W tym cukry: 93.21 g; Błonnik pok.: 20.08 g; Sól: 4.10 g;	Wartość energetyczna: 2558.10 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 73.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 372.38 g; W tym cukry: 78.55 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 7.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiałkowa	BIAL- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiałkowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.łł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa	
2024-08-02 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, SEL,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, SEL,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mus z jabłek() z/c 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, SEL,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ryba faszerowana (dorsz)(bez soli) 50 g (<u>GLU PSZ JAJ, RYB,</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE,</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez soli) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) (bez soli) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku* (bez soli) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kolekt z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty miodowej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Kolacja	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkii wieprzowej 100 g Dżem 25 g 1 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	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej 100 g Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE,</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 10 g
		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	Wartość energetyczna: 2731.79 kcal; Białko ogółem: 125.87 g; Tłuszcz: 68.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 417.88 g; W tym cukry: 117.22 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2515.95 kcal; Białko ogółem: 104.10 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.11 g; Węglowodany ogółem: 397.89 g; W tym cukry: 79.94 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2015.62 kcal; Białko ogółem: 59.06 g; Tłuszcz: 41.98 g; Kw. tł. nasy.: 10.55 g; Węglowodany ogółem: 368.68 g; W tym cukry: 90.83 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2234.91 kcal; Białko ogółem: 98.76 g; Tłuszcz: 38.08 g; Kw. tł. nasy.: 6.77 g; Węglowodany ogółem: 390.86 g; W tym cukry: 97.94 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 5.83 g;	Wartość energetyczna: 2296.02 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 54.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 362.37 g; W tym cukry: 98.07 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2496.71 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 86.62 g; Kw. tł. nasy.: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 341.21 g; W tym cukry: 85.07 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 8.70 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiałkowa	BIAL- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiałkowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.łł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa	
2024-08-03 sobota	Śniadanie II ŚN	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Miód (25g) 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ZYT</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
		<p>Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g</p>		<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>		
Obiad PD	<p>Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez soli)* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane (bez soli) () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	
	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>		<p>Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p>			
Kolacja PN	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) 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 Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa 30 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</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszlet szefa z dodatkiem białka sojowego 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	
	<p>Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt</p>		<p>Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p>	<p>Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)</p>		
	<p>Wartość energetyczna: 2970.41 kcal; Białko ogółem: 142.05 g; Tłuszcz: 87.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.24 g; Węglowodany ogółem: 423.89 g; W tym cukry: 117.17 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 7.88 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2735.35 kcal; Białko ogółem: 126.20 g; Tłuszcz: 56.59 g; Kw. tł. nasy.: 13.17 g; Węglowodany ogółem: 450.28 g; W tym cukry: 116.67 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 9.74 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2234.34 kcal; Białko ogółem: 64.39 g; Tłuszcz: 46.01 g; Kw. tł. nasy.: 9.31 g; Węglowodany ogółem: 408.06 g; W tym cukry: 70.27 g; Błonnik pok.: 26.09 g; Sól: 7.06 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2301.87 kcal; Białko ogółem: 119.44 g; Tłuszcz: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 8.13 g; Węglowodany ogółem: 371.59 g; W tym cukry: 50.06 g; Błonnik pok.: 30.74 g; Sól: 5.15 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2716.69 kcal; Białko ogółem: 132.54 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 382.51 g; W tym cukry: 94.25 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 4.71 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2708.36 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 92.34 g; Kw. tł. nasy.: 30.82 g; Węglowodany ogółem: 378.91 g; W tym cukry: 115.91 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 9.82 g;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Bogatobiałkowa	BIAL- USK Bogatobiałkowa bezmleczna	BIAL- USK Niskobiałkowa	BIAL- USK Łatwostrawna z ogr.łł. (trzustkowa)	BIAL- USK Niskosodowa	BIAL- USK Bogatoresztkowa	
2024-08-04 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wieprzowa, parzona 50 g Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Dżem 25 g 2 szt Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Salata zielona 10 g Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Salata zielona 10 g		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet wieprzowy 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez soli)* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () (bez soli) 200 g Schab gotowany (bez soli) 90 g Sos własny (bez soli) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Mizera 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt		
	Kolejca	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Filet z kurczaka gotowany 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	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 2 szt Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2694.74 kcal; Białko ogółem: 134.57 g; Tłuszcz: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 400.64 g; W tym cukry: 123.29 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 9.14 g;	Wartość energetyczna: 2359.63 kcal; Białko ogółem: 120.80 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 378.98 g; W tym cukry: 101.41 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2095.14 kcal; Białko ogółem: 58.23 g; Tłuszcz: 39.86 g; Kw. tł. nasy.: 9.90 g; Węglowodany ogółem: 385.08 g; W tym cukry: 87.00 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 5.61 g;	Wartość energetyczna: 2192.39 kcal; Białko ogółem: 95.10 g; Tłuszcz: 32.43 g; Kw. tł. nasy.: 7.28 g; Węglowodany ogółem: 393.96 g; W tym cukry: 102.50 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2173.85 kcal; Białko ogółem: 112.65 g; Tłuszcz: 50.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 324.34 g; W tym cukry: 89.68 g; Błonnik pok.: 23.69 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 2296.00 kcal; Białko ogółem: 102.30 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 335.42 g; W tym cukry: 90.37 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 6.71 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Z ogr.łł.(wętrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków zołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAL- Płynna	BIAL- Kleikowa	
2024-07-29 poniedziałek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szympka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SÓZ</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren śniadanie 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mleko 250 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szympka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SÓZ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Mus z jabłek () z/c 100 g	Dren śniadanie 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dymna duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Dren II () 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	Kolacja	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2946.39 kcal; Białko ogółem: 141.84 g; Tłuszcz: 79.11 g; Kw. tł. nasy.: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 428.98 g; W tym cukry: 99.35 g; Błonnik pok.: 28.26 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2499.63 kcal; Białko ogółem: 142.23 g; Tłuszcz: 102.25 g; Kw. tł. nasy.: 40.30 g; Węglowodany ogółem: 262.55 g; W tym cukry: 103.59 g; Błonnik pok.: 17.31 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 3046.85 kcal; Białko ogółem: 126.77 g; Tłuszcz: 78.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 474.30 g; W tym cukry: 122.09 g; Błonnik pok.: 27.60 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 1023.93 kcal; Białko ogółem: 31.67 g; Tłuszcz: 13.98 g; Kw. tł. nasy.: 7.27 g; Węglowodany ogółem: 196.93 g; W tym cukry: 88.60 g; Błonnik pok.: 8.41 g; Sól: 1.64 g;	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Z ogr.tł.(wętrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydział.soków zołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAL- Płynna	BIAL- Kleikowa
2024-07-30 wtorek	Śniadanie Platki jęczmieńne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren śniadanie 350 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mleko 250 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Platki jęczmieńne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u>)	Kasza jaglana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL.</u>)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Dren śniadanie 250 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
	Obiad Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	PD Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)	Dren II () 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
	Kolacja Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I () 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>)	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chalka 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2730.26 kcal; Białko ogółem: 139.16 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 421.72 g; W tym cukry: 129.39 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 9.37 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;	Wartość energetyczna: 2467.24 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 62.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 381.59 g; W tym cukry: 105.36 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 925.38 kcal; Białko ogółem: 29.32 g; Tłuszcz: 14.39 g; Kw. tł. nasy.: 7.45 g; Węglowodany ogółem: 172.11 g; W tym cukry: 83.54 g; Błonnik pok.: 5.26 g; Sól: 1.33 g;	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Z ogr.tł.(wętrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydziel.soków zołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAL- Płynna	BIAL- Kleikowa	
2024-07-31 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Schab gotowany 50 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren śniadanie 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mleko 250 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Schab gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW, ZYT) Gryskowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL)	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
		Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE)	Dren śniadanie 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE)		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane () 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryzowa () 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 truskawkowym b/c 200 ml	
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Dren II () 250 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
Kolacja	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Platki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE, ZYT) 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	
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)
		Wartość energetyczna: 2984.88 kcal; Białko ogółem: 138.44 g; Tłuszcz: 83.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.37 g; Węglowodany ogółem: 430.04 g; W tym cukry: 119.10 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 9.18 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;	Wartość energetyczna: 2868.75 kcal; Białko ogółem: 132.66 g; Tłuszcz: 72.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 435.97 g; W tym cukry: 140.28 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 930.10 kcal; Białko ogółem: 31.64 g; Tłuszcz: 16.23 g; Kw. tł. nasy.: 7.75 g; Węglowodany ogółem: 169.35 g; W tym cukry: 69.50 g; Błonnik pok.: 10.37 g; Sól: 2.19 g;	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Z ogr.łł.(wętrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydział.soków zołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAL- Płynna	BIAL- Kleikowa	
2024-08-01 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SÓZ</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren śniadanie 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mleko 250 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SÓZ</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) 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 (<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
	II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Dren śniadanie 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g Klopsik wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Dren II () 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
	Kolejca	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Ryz na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Kisiel o smaku truskawkowym 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 truskawkowym b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chaika 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2908.23 kcal; Białko ogółem: 125.21 g; Tłuszcz: 85.47 g; Kw. tł. nasy.: 31.24 g; Węglowodany ogółem: 431.41 g; W tym cukry: 121.62 g; Błonnik pok.: 32.45 g; Sól: 8.18 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;	Wartość energetyczna: 2654.86 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; Tłuszcz: 73.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 412.74 g; W tym cukry: 115.16 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 966.64 kcal; Białko ogółem: 29.04 g; Tłuszcz: 13.71 g; Kw. tł. nasy.: 7.21 g; Węglowodany ogółem: 185.30 g; W tym cukry: 83.74 g; Błonnik pok.: 7.29 g; Sól: 1.36 g;	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- USK Z ogr.tł.(wętrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydział.soków zołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAL- Płynna	BIAL- Kleikowa
2024-08-02 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren śniadanie 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mleko 250 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Dren śniadanie 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Dren II () 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	Kolacja	Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2967.94 kcal; Białko ogółem: 129.16 g; Tłuszcz: 67.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 476.21 g; W tym cukry: 168.21 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sól: 6.72 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;	Wartość energetyczna: 2508.60 kcal; Białko ogółem: 115.13 g; Tłuszcz: 61.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 384.90 g; W tym cukry: 78.32 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 953.76 kcal; Białko ogółem: 29.39 g; Tłuszcz: 14.56 g; Kw. tł. nasy.: 7.43 g; Węglowodany ogółem: 179.29 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 6.33 g; Sól: 1.33 g;	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- USK Z ogr.łt.(wętrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydział.soków zołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAL- Płynna	BIAL- Kleikowa
2024-08-03 sobota	Śniadanie Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet z kurczaka gotowany 50 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren śniadanie 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mleko 250 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Filet z kurczaka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/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
	II ŚN Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Dren śniadanie 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
	Obiad Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (paraboliczny) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	PD Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Dren II () 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
	Kolacja Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza jaglana na mleku 350 ml (MLE) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulion warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/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
	PN Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l 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
	Wartość energetyczna: 3062.68 kcal; Białko ogółem: 143.37 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 463.28 g; W tym cukry: 145.31 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2423.63 kcal; Białko ogółem: 141.63 g; Tłuszcz: 102.05 g; Kw. tł. nasy.: 40.10 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; W tym cukry: 86.79 g; Błonnik pok.: 17.31 g; Sól: 3.58 g;	Wartość energetyczna: 2726.62 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 429.77 g; W tym cukry: 116.08 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 976.14 kcal; Białko ogółem: 30.07 g; Tłuszcz: 14.24 g; Kw. tł. nasy.: 7.39 g; Węglowodany ogółem: 185.19 g; W tym cukry: 83.88 g; Błonnik pok.: 7.41 g; Sól: 1.35 g;	Wartość energetyczna: 747.32 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 163.12 g; W tym cukry: 117.99 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- USK Z ogr.łł.(wętrobowa)/Z org.subst.pobudz.wydział.soków zołąd.	BIAL- USK/PCK Płynna mleczna wzmocniona (dren)	BIAL- USK Rozdrobniona/pooperacyjna/papkowata	BIAL- USK Pooperacyjna płynno-papkowata	BIAL- Płynna	BIAL- Kleikowa
2024-08-04 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Suflet mięsno-jarzywny () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren śniadanie 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mleko 250 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym 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
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Dren śniadanie 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Dren II () 250 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	Kolacja	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	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
	PN	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</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>)
		Wartość energetyczna: 2808.47 kcal; Białko ogółem: 123.60 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 452.71 g; W tym cukry: 174.14 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 8.19 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;	Wartość energetyczna: 2492.14 kcal; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 378.21 g; W tym cukry: 99.10 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 917.09 kcal; Białko ogółem: 28.92 g; Tłuszcz: 13.99 g; Kw. tł. nasy.: 7.31 g; Węglowodany ogółem: 171.13 g; W tym cukry: 83.73 g; Błonnik pok.: 5.63 g; Sól: 1.34 g;	Wartość energetyczna: 747.32 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 163.12 g; W tym cukry: 117.99 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 1401.50 kcal; Białko ogółem: 36.29 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Wegańska	BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny
2024-07-29 poniedziałek	Śniadanie	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 Paszтет z fasoli* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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 ŚN		Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz sojowy z warzywami* 220 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Placki sermiczki 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Dren II () 250 ml	
	Kolacja	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 Paszтет wegetariański () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	PN	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	
		Wartość energetyczna: 2317.66 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 48.49 g; Kw. tł. nasy.: 7.37 g; Węglowodany ogółem: 398.11 g; W tym cukry: 84.53 g; Błonnik pok.: 51.61 g; Sól: 4.62 g;	Wartość energetyczna: 2133.59 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 237.06 g; W tym cukry: 63.32 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 1082.55 kcal; Białko ogółem: 38.92 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 12.09 g; Węglowodany ogółem: 94.84 g; W tym cukry: 46.70 g; Błonnik pok.: 6.33 g; Sól: 0.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Wegańska	BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny
2024-07-30 wtorek	Śniadanie	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 Paszтет z soczewicy * 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL.</u>)	
	II SN		Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	Obiad	Wielowarzywna z zacierką*() (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet drobiowy panierowany 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Dren II () 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Hummus 100 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	
		Wartość energetyczna: 2369.44 kcal; Białko ogółem: 63.96 g; Tłuszcz: 91.87 g; Kw. tł. nasy.: 11.15 g; Węglowodany ogółem: 331.48 g; W tym cukry: 55.35 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sól: 6.95 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: 703.14 kcal; Białko ogółem: 30.48 g; Tłuszcz: 26.17 g; Kw. tł. nasy.: 2.20 g; Węglowodany ogółem: 90.88 g; W tym cukry: 27.57 g; Błonnik pok.: 11.69 g; Sól: 1.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Wegańska	BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny
2024-07-31 środa	Śniadanie	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 Paszтет z ciecierzycy* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL.</u>)	
	II SN		Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) koliety ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Dren II () 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z soczewicy czerwonej 100 g Salata zielona 10 g Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
PN	Pieczczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Dżem 25 g 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		
		Wartość energetyczna: 2545.74 kcal; Białko ogółem: 65.67 g; Tłuszcz: 64.79 g; Kw. tł. nasy.: 8.90 g; Węglowodany ogółem: 438.20 g; W tym cukry: 81.96 g; Błonnik pok.: 49.47 g; Sól: 5.18 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: 762.86 kcal; Białko ogółem: 35.53 g; Tłuszcz: 19.58 g; Kw. tł. nasy.: 4.58 g; Węglowodany ogółem: 111.36 g; W tym cukry: 24.96 g; Błonnik pok.: 10.87 g; Sól: 1.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Wegańska	BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny
2024-08-01 czwartek	Śniadanie	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 Paszтет z fasoli* 70 g (<u>GLU PSZ, JAŁ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL.</u>)	
	II ŚN		Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz sojowy z warzywami* 230 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salata zielona z sosem vinegrett 60 g (<u>GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Sos boloński z mięsa wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Dren II () 250 ml	
	Kolacja	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/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	PN	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: 2262.84 kcal; Białko ogółem: 85.26 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 9.25 g; Węglowodany ogółem: 332.25 g; W tym cukry: 45.57 g; Błonnik pok.: 37.08 g; Sól: 5.75 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: 647.75 kcal; Białko ogółem: 32.09 g; Tłuszcz: 18.48 g; Kw. tł. nasy.: 5.36 g; Węglowodany ogółem: 86.34 g; W tym cukry: 19.13 g; Błonnik pok.: 9.91 g; Sól: 0.87 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Wegańska	BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny
2024-08-02 piątek	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z brokuła * 100 g Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL.</u>)	
	II SN		Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 90 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Dren II () 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasztet z soczewicy * 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jabko 1 szt 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	
		Wartość energetyczna: 1931.30 kcal; Białko ogółem: 67.39 g; Tłuszcz: 53.31 g; Kw. tł. nasy.: 7.81 g; Węglowodany ogółem: 308.37 g; W tym cukry: 65.50 g; Błonnik pok.: 39.76 g; Sól: 7.70 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: 605.71 kcal; Białko ogółem: 25.62 g; Tłuszcz: 18.03 g; Kw. tł. nasy.: 1.47 g; Węglowodany ogółem: 90.82 g; W tym cukry: 24.95 g; Błonnik pok.: 13.03 g; Sól: 1.35 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Wegańska	BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny
2024-08-03 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paszтет z ciecierzycy () 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (SEL.)	
	II ŚN		Dren I () 250 ml (GLU PSZ, MLE.)	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety z brokula* 400 g (GLUPSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Dren II () 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Hummus 100 g (SEZ.) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE.)	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	
		Wartość energetyczna: 2673.02 kcal; Białko ogółem: 69.81 g; Tłuszcz: 111.60 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; Węglowodany ogółem: 354.68 g; W tym cukry: 69.82 g; Błonnik pok.: 43.60 g; Sól: 6.64 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: 774.20 kcal; Białko ogółem: 22.38 g; Tłuszcz: 26.11 g; Kw. tł. nasy.: 7.43 g; Węglowodany ogółem: 119.08 g; W tym cukry: 57.76 g; Błonnik pok.: 13.47 g; Sól: 3.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-29 do dnia 2024-08-04 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Wegańska	BIAL- USK Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- USK Podstawowa oddział dzienny
2024-08-04 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g 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 ŚN		Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pierogi z soczewicą 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka Coleslaw (bez mleka) 200 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Mizerna 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Dren II () 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z fasoli 100 g Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	
		Wartość energetyczna: 2407.14 kcal; Białko ogółem: 71.20 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 9.57 g; Węglowodany ogółem: 386.00 g; W tym cukry: 74.04 g; Błonnik pok.: 35.88 g; Sól: 6.71 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: 623.35 kcal; Białko ogółem: 31.25 g; Tłuszcz: 20.09 g; Kw. tł. nasy.: 3.65 g; Węglowodany ogółem: 82.94 g; W tym cukry: 17.89 g; Błonnik pok.: 9.27 g; Sól: 1.29 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,