

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 30 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 30 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 30 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt				
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino ( ) 350 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z cukrem ( ) 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* z/c 250 ml	Solferino ( ) 250 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z cukrem ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z cukrem ( ) 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* z/c 250 ml	Solferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLUPSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 100 g Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z cukrem ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g				
	Kolejca	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 35 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )				
	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: 2693.66 kcal; Białko ogółem: 90.38 g; Tłuszcz: 80.76 g; Kw. tł. nasy.: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 411.61 g; W tym cukry: 141.90 g; Błonnik pok.: 21.25 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2239.25 kcal; Białko ogółem: 71.26 g; Tłuszcz: 60.74 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 361.09 g; W tym cukry: 130.65 g; Błonnik pok.: 18.73 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2917.75 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz: 82.96 g; Kw. tł. nasy.: 33.57 g; Węglowodany ogółem: 456.03 g; W tym cukry: 142.79 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2395.41 kcal; Białko ogółem: 86.03 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 369.64 g; W tym cukry: 105.62 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 2521.42 kcal; Białko ogółem: 84.45 g; Tłuszcz: 63.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 415.60 g; W tym cukry: 140.09 g; Błonnik pok.: 20.76 g; Sól: 5.50 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna
2024-04-03 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml ( <u>MLE</u> )				
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Kotlet mielony drobiowy z indyka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Buraczki po francusku z olejem ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki po francusku z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 220 g Kotlet mielony drobiowy z indyka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Buraczki po francusku z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Kotlet mielony drobiowy z indyka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sałatka szwedzka ( ) 100 g ( <u>GOR</u> ) Buraczki po francusku z olejem ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki oprószone ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Gruszka 1szt. 150 g Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u> )				
	Kolacja	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	
		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: 2498.35 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 87.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 358.91 g; W tym cukry: 112.36 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2199.75 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz: 68.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 328.56 g; W tym cukry: 112.46 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 2872.37 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 91.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.88 g; Węglowodany ogółem: 431.96 g; W tym cukry: 116.01 g; Błonnik pok.: 37.07 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2468.30 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 87.54 g; Kw. tł. nasy.: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 351.20 g; W tym cukry: 105.91 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2286.83 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 375.77 g; W tym cukry: 112.55 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 5.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	
2024-04-04 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Bułka pszenno- żytnia z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU,PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa* 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa* 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno- żytnia z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa* 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenno- żytnia z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )				Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Banan 1szt. 1 szt
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <u>JAJ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 100 g Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny ( ) z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml					
Kolejca	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 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% 10 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 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	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )					
	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: 2580.97 kcal; Białko ogółem: 70.77 g; Tłuszcz: 87.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.13 g; Węglowodany ogółem: 392.37 g; W tym cukry: 143.32 g; Błonnik pok.: 36.37 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2294.78 kcal; Białko ogółem: 67.90 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 348.51 g; W tym cukry: 142.84 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2788.65 kcal; Białko ogółem: 81.50 g; Tłuszcz: 90.91 g; Kw. tł. nasy.: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 426.15 g; W tym cukry: 143.32 g; Błonnik pok.: 38.35 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2596.11 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz: 82.96 g; Kw. tł. nasy.: 34.60 g; Węglowodany ogółem: 400.56 g; W tym cukry: 148.54 g; Błonnik pok.: 37.98 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2445.32 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 391.09 g; W tym cukry: 145.78 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 4.82 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna
2024-04-05 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> )				
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Ryba smażona (Dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g			
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 1szt. 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )			Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )
		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: 2472.47 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 76.29 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 374.25 g; W tym cukry: 146.83 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 5.28 g;	Wartość energetyczna: 2078.26 kcal; Białko ogółem: 75.65 g; Tłuszcz: 55.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.37 g; Węglowodany ogółem: 333.91 g; W tym cukry: 147.34 g; Błonnik pok.: 20.20 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2841.44 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 81.82 g; Kw. tł. nasy.: 32.10 g; Węglowodany ogółem: 436.79 g; W tym cukry: 154.05 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2308.20 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 64.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 351.94 g; W tym cukry: 152.97 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 2522.32 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 64.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 411.12 g; W tym cukry: 181.29 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 5.62 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna
2024-04-06 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 128 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )				
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza gryczana 220 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ) Melon 100 g	Melon 100 g Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ) Melon 100 g		
	Kolacja	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )				
		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: 2355.93 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; W tym cukry: 84.11 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2055.06 kcal; Białko ogółem: 93.84 g; Tłuszcz: 63.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 289.80 g; W tym cukry: 82.92 g; Błonnik pok.: 16.58 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2700.14 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 81.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 390.28 g; W tym cukry: 85.03 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 2278.94 kcal; Białko ogółem: 97.49 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 314.98 g; W tym cukry: 89.98 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2245.83 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz: 66.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 335.05 g; W tym cukry: 102.65 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 6.44 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Chleb żytni razowy 32g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 80g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )
		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml				
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150g Surówka Colesław ( ) 200g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50g Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka Colesław ( ) 200g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 220g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150g Surówka Colesław ( ) 200g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Surówka Colesław ( ) 200g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180g udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ) Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	
Kolejca	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 70g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 70g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 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	Podpłomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podpłomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Podpłomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	
PN	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: 2435.03 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 79.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 335.90 g; W tym cukry: 139.92 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 1856.70 kcal; Białko ogółem: 71.19 g; Tłuszcz: 51.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 287.36 g; W tym cukry: 137.88 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 2705.25 kcal; Białko ogółem: 120.84 g; Tłuszcz: 82.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 382.80 g; W tym cukry: 140.96 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2464.72 kcal; Białko ogółem: 109.72 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw. tł. nasy.: 33.94 g; Węglowodany ogółem: 336.34 g; W tym cukry: 139.24 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2392.63 kcal; Białko ogółem: 108.18 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 330.42 g; W tym cukry: 122.21 g; Błonnik pok.: 19.83 g; Sól: 6.25 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	
2024-04-08 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 128 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> , może zawierać: <u>JAJ, GOR, SO2</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> , może zawierać: <u>JAJ, GOR, SO2</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )					
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Placki serniczkowe 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* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Placki serniczkowe 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Placki serniczkowe 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* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z selera i jabłka ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Dymia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) 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* z/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Mandarynka 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )					Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g ( <u>SEL</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g ( <u>SEL</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g ( <u>SEL</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g ( <u>SEL</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )					
		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: 2919.36 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 123.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.15 g; Węglowodany ogółem: 364.94 g; W tym cukry: 137.81 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 2206.87 kcal; Białko ogółem: 70.95 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 315.43 g; W tym cukry: 120.34 g; Błonnik pok.: 17.34 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 3188.84 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 124.89 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 422.91 g; W tym cukry: 139.61 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2225.86 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 69.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; W tym cukry: 98.39 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2342.81 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 62.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 377.95 g; W tym cukry: 124.32 g; Błonnik pok.: 21.20 g; Sól: 4.85 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	
2024-04-09 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g				
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Kotlet drobiowy panierowany 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Surówka z marchwi i jabłka ( ) 120 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Kotlet drobiowy panierowany 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Surówka z marchwi i jabłka ( ) 120 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 220 g Kotlet drobiowy panierowany 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Surówka z marchwi i jabłka ( ) 120 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR</u> ) Surówka z marchwi i jabłka ( ) 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*( ) (bez kalafiora) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Banan 1szt. 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolejacja	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )				
	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: 2469.71 kcal; Białko ogółem: 92.81 g; Tłuszcz: 69.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 380.23 g; W tym cukry: 106.45 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2083.18 kcal; Białko ogółem: 78.03 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 337.46 g; W tym cukry: 102.92 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2739.88 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 73.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 425.92 g; W tym cukry: 106.63 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2472.84 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 374.17 g; W tym cukry: 110.67 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2360.48 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 356.89 g; W tym cukry: 79.58 g; Błonnik pok.: 22.52 g; Sól: 6.48 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	
2024-04-10 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diete lekkostrawna 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Koktajl wielooowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )		
2024-04-10 środa	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Kasza kuskus/sypko 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Kasza kuskus/sypko 220 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 100 g ( <u>SEL</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Banan 1szt. 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
2024-04-10 środa	Kolejca	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 128 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml		Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ) Dżem 25g 1 szt			Dżem 25g 1 szt Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )
	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: 2652.30 kcal; Białko ogółem: 86.93 g; Tłuszcz: 76.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 407.20 g; W tym cukry: 122.33 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2206.00 kcal; Białko ogółem: 66.32 g; Tłuszcz: 59.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 356.25 g; W tym cukry: 121.08 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 2969.15 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 79.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 471.65 g; W tym cukry: 123.37 g; Błonnik pok.: 32.77 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2598.83 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 72.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 402.24 g; W tym cukry: 145.62 g; Błonnik pok.: 34.34 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2643.12 kcal; Białko ogółem: 88.05 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 429.18 g; W tym cukry: 140.68 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 5.54 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	
2024-04-11 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Bułka pszenna- żytnia z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU,PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JE CZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <u>SEL</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <u>SEL</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u> )	Bułka pszenna- żytnia z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JE CZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <u>SEL</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u> )	Bułka pszenna- żytnia z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JE CZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <u>SEL</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u> )
		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )		Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 120 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 120 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 120 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Sałatka szwedzka ( ) 100 g ( <u>GOR</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )			
	Kolejca	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 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	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )		
		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: 2755.95 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 89.75 g; Kw. tł. nasy.: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 401.67 g; W tym cukry: 87.72 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 6.65 g;	Wartość energetyczna: 2488.18 kcal; Białko ogółem: 86.94 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 378.46 g; W tym cukry: 86.32 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2907.46 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 94.27 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 422.70 g; W tym cukry: 89.13 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2640.94 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 89.54 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; Węglowodany ogółem: 373.98 g; W tym cukry: 86.38 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2516.15 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 384.69 g; W tym cukry: 84.19 g; Błonnik pok.: 17.19 g; Sól: 6.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	
2024-04-12 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Melon 200 g				
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB, MLE</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Eskalopka z dorsza 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB, MLE</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Eskalopka z dorsza 90 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB, MLE</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB, MLE</u> ) Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB</u> ) Warzywa po grecku () 120 g ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabko 1 szt 1 szt		Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE</u> ) Jabko 1 szt 1 szt		Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabko pieczone 1szt. 1 szt	
Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 40 g ( <u>MLE</u> ) Powidła śliwkowe 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Powidła śliwkowe 30 g Ser topiony 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Powidła śliwkowe 40 g Ser topiony 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 2 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 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	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLUPSZ, MLE</u> ) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLUPSZ, MLE</u> )			Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLUPSZ, MLE</u> ) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	
PN	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: 2485.57 kcal; Białko ogółem: 74.45 g; Tłuszcz: 85.61 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 364.11 g; W tym cukry: 146.84 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2066.91 kcal; Białko ogółem: 58.97 g; Tłuszcz: 65.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 318.24 g; W tym cukry: 138.86 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2833.57 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz: 91.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.38 g; Węglowodany ogółem: 426.15 g; W tym cukry: 152.95 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2370.44 kcal; Białko ogółem: 77.10 g; Tłuszcz: 76.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 355.64 g; W tym cukry: 152.22 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 2367.60 kcal; Białko ogółem: 79.57 g; Tłuszcz: 63.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 384.06 g; W tym cukry: 155.02 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 5.35 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	
2024-04-13 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczak 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 90 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane ( ) 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE</b> )					
Kolacja	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z makaronu- dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z makaronu- dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 10 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z makaronu- dieta* 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> )	
	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Chalka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chalka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )		Chalka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	
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: 2887.59 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 95.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 429.64 g; W tym cukry: 113.96 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2423.96 kcal; Białko ogółem: 79.86 g; Tłuszcz: 75.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 372.17 g; W tym cukry: 109.45 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 3495.69 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 111.50 g; Kw. tł. nasy.: 41.97 g; Węglowodany ogółem: 528.73 g; W tym cukry: 116.33 g; Błonnik pok.: 40.89 g; Sól: 9.93 g;	Wartość energetyczna: 2559.14 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 85.15 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 368.84 g; W tym cukry: 113.96 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2468.36 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 386.33 g; W tym cukry: 111.07 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 6.01 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	
2024-04-14 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> )	Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> )
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt		Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z zacierką ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Kotlet schabowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Surowka wielowarzywna z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos własny ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surowka wielowarzywna z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 220 g Kotlet schabowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Surowka wielowarzywna z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos własny ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surowka wielowarzywna z olejem ( ) 100 g ( <u>SEL</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sos własny ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 1szt. 1 szt Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g		Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g	
	Kolacja	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ</u> )				
	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: 2590.34 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 75.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 399.48 g; W tym cukry: 131.13 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2154.29 kcal; Białko ogółem: 71.59 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 355.58 g; W tym cukry: 127.72 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 2803.12 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 77.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 438.61 g; W tym cukry: 132.20 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2412.50 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 379.64 g; W tym cukry: 131.18 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2495.58 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz: 66.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 396.34 g; W tym cukry: 125.75 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sól: 5.60 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* (bez soli) 30 g ( <u>SEL.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	
Obiad	Ziemniaczana ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z cukrem ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z cukrem ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z cukrem ( ) 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* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kluski śląskie ( ) 150 g ( <u>JAJ.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez soli) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z cukrem ( ) 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* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 90 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
PD	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g		
Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 15 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
PN	Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )						
	Wartość energetyczna: 2344.08 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 36.46 g; Kw. tł. nasy.: 8.25 g; Węglowodany ogółem: 437.29 g; W tym cukry: 125.48 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 2648.62 kcal; Białko ogółem: 88.57 g; Tłuszcz: 65.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 439.32 g; W tym cukry: 139.81 g; Błonnik pok.: 17.26 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2764.62 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 69.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 450.29 g; W tym cukry: 154.40 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2017.20 kcal; Białko ogółem: 37.80 g; Tłuszcz: 41.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 385.59 g; W tym cukry: 96.94 g; Błonnik pok.: 22.75 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2568.12 kcal; Białko ogółem: 82.20 g; Tłuszcz: 65.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 425.80 g; W tym cukry: 149.85 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 3.35 g;	Wartość energetyczna: 1699.68 kcal; Białko ogółem: 70.38 g; Tłuszcz: 37.27 g; Kw. tł. nasy.: 7.55 g; Węglowodany ogółem: 284.16 g; W tym cukry: 58.96 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 5.93 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE,</b> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Kasza jaglana na mleku 350 ml ( <b>MLE,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dod.at.wody w ost.niejad 15 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE,</b> ) Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <b>JAJ, SEL, GOR,</b> ) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE,</b> ) Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <b>JAJ, SEL, GOR,</b> ) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE,</b> )
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml ( <b>MLE,</b> )		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml ( <b>MLE,</b> )
Obiad	Grysikowa ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy ( ) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki oprószone ( ) 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy ( ) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki oprószone ( ) 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy ( ) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki oprószone ( ) 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Kotlety z brokuła* 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy ( ) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki oprószone ( ) 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa (bez soli) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony (bez soli) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy (bez soli) ( ) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki oprószone (bez soli) ( ) 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy ( ) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki po francusku z olejem b/c ( ) 100 g Sałata szwedzka b/c ( ) 100 g ( <b>GOR,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g
Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Wartość energetyczna: 1937.54 kcal; Białko ogółem: 73.48 g; Tłuszcz: 24.18 g; Kw. tł. nasy.: 4.51 g; Węglowodany ogółem: 372.35 g; W tym cukry: 111.09 g; Błonnik pok.: 17.90 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2234.95 kcal; Białko ogółem: 83.68 g; Tłuszcz: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 365.46 g; W tym cukry: 110.39 g; Błonnik pok.: 18.42 g; Sól: 5.52 g;	Wartość energetyczna: 2462.05 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 62.35 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 384.25 g; W tym cukry: 122.25 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2189.14 kcal; Białko ogółem: 47.17 g; Tłuszcz: 53.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.11 g; Węglowodany ogółem: 396.81 g; W tym cukry: 102.79 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2498.73 kcal; Białko ogółem: 91.80 g; Tłuszcz: 67.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 397.86 g; W tym cukry: 113.05 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 4.80 g;	Wartość energetyczna: 1711.91 kcal; Białko ogółem: 74.84 g; Tłuszcz: 37.28 g; Kw. tł. nasy.: 6.28 g; Węglowodany ogółem: 272.95 g; W tym cukry: 53.98 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 6.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	
2024-04-04 czwartek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 20 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta (bez soli) 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Banan 1szt. 1 szt Podpiomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Risotto wegetariańskie* 200 g ( <u>SEL.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez soli) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko (paraboliczny) (bez soli) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 200 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki (bez soli) 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )				
	Wartość energetyczna: 2498.19 kcal; Białko ogółem: 86.58 g; Tłuszcz: 51.46 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 436.35 g; W tym cukry: 125.37 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2404.25 kcal; Białko ogółem: 74.70 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 386.23 g; W tym cukry: 128.52 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 2827.41 kcal; Białko ogółem: 96.25 g; Tłuszcz: 80.30 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 441.66 g; W tym cukry: 169.58 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 2210.28 kcal; Białko ogółem: 41.82 g; Tłuszcz: 51.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 407.38 g; W tym cukry: 127.49 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 5.28 g;	Wartość energetyczna: 2435.38 kcal; Białko ogółem: 69.98 g; Tłuszcz: 70.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 392.10 g; W tym cukry: 146.06 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 3.84 g;	Wartość energetyczna: 1699.32 kcal; Białko ogółem: 71.60 g; Tłuszcz: 46.01 g; Kw. tł. nasy.: 10.67 g; Węglowodany ogółem: 257.97 g; W tym cukry: 64.39 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 4.72 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	
2024-04-05 piątek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pasta z białek 70 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 30 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj (bez soli) 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z brokuła* 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 40 g ( <u>RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez soli) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 90 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Galaretka o smaku brzoskwiowym 200 g		Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt Galaretka o smaku brzoskwiowym 200 g	Jabłko 1 szt 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Ryba faszerowana (dorsz) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ, MCK.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> )	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Wartość energetyczna: 1964.11 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz: 25.16 g; Kw. tł. nasy.: 5.96 g; Węglowodany ogółem: 369.13 g; W tym cukry: 127.32 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sól: 5.43 g;	Wartość energetyczna: 2346.52 kcal; Białko ogółem: 93.04 g; Tłuszcz: 64.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 367.91 g; W tym cukry: 148.74 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2344.88 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 354.46 g; W tym cukry: 105.83 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 1911.12 kcal; Białko ogółem: 56.48 g; Tłuszcz: 43.30 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 343.76 g; W tym cukry: 135.01 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 4.74 g;	Wartość energetyczna: 2314.43 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 59.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 369.07 g; W tym cukry: 148.08 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 1383.32 kcal; Białko ogółem: 81.05 g; Tłuszcz: 31.04 g; Kw. tł. nasy.: 9.36 g; Węglowodany ogółem: 205.46 g; W tym cukry: 50.95 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 4.15 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	
2024-04-06 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 15 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )
		II ŚN	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ.</u> )	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )
	Obiad		Selerowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez soli) ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy (bez soli) 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane (bez soli) ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Melon 100 g	Melon 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Melon 100 g
	Kolejca		Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )				
Wartość energetyczna: 2069.22 kcal; Białko ogółem: 83.18 g; Tłuszcz: 39.06 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; Węglowodany ogółem: 367.94 g; W tym cukry: 95.18 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2366.97 kcal; Białko ogółem: 96.28 g; Tłuszcz: 69.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 358.16 g; W tym cukry: 101.15 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sól: 6.46 g;		Wartość energetyczna: 2649.71 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 399.74 g; W tym cukry: 114.83 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2052.48 kcal; Białko ogółem: 72.40 g; Tłuszcz: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 324.70 g; W tym cukry: 70.15 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 2246.14 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.75 g; Węglowodany ogółem: 325.61 g; W tym cukry: 93.86 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 4.08 g;	Wartość energetyczna: 1543.52 kcal; Białko ogółem: 78.47 g; Tłuszcz: 41.16 g; Kw. tł. nasy.: 10.84 g; Węglowodany ogółem: 223.62 g; W tym cukry: 43.32 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 6.49 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	
Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Platki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 15 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Rolada z topatki wieprzowej (bez soli) 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pызdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml		Jabłko 1 szt 1 szt Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )
2024-04-07 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez soli) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s (bez soli) 150 g Sos koperkowy *(bez soli) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) (bez soli) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 200 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 90 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surowka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
		PD	Banan 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Banan 1szt. 1 szt
PN	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
		Podpiłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podpiłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Podpiłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Podpiłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podpiłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	
	Wartość energetyczna: 2425.48 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 381.24 g; W tym cukry: 130.81 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2351.88 kcal; Białko ogółem: 104.86 g; Tłuszcz: 78.93 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 316.98 g; W tym cukry: 104.09 g; Błonnik pok.: 20.22 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2887.49 kcal; Białko ogółem: 131.07 g; Tłuszcz: 98.24 g; Kw. tł. nasy.: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 386.50 g; W tym cukry: 124.92 g; Błonnik pok.: 30.61 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2031.02 kcal; Białko ogółem: 65.27 g; Tłuszcz: 50.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; Węglowodany ogółem: 341.53 g; W tym cukry: 113.36 g; Błonnik pok.: 34.58 g; Sól: 5.29 g;	Wartość energetyczna: 2648.70 kcal; Białko ogółem: 111.55 g; Tłuszcz: 90.84 g; Kw. tł. nasy.: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 362.46 g; W tym cukry: 137.47 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 4.08 g;	Wartość energetyczna: 1699.26 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 50.25 g; Kw. tł. nasy.: 15.94 g; Węglowodany ogółem: 213.79 g; W tym cukry: 50.27 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 5.37 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna
2024-04-08 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 70 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z jabłkami () 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem (bez soli) 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 200 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Dyńa duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )		Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g ( <b>SEL.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g ( <b>SEL.</b> )	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g ( <b>SEL.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* b/soli 70 g ( <b>SEL.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g ( <b>SEL.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )					
		Wartość energetyczna: 2110.11 kcal; Białko ogółem: 83.23 g; Tłuszcz: 36.37 g; Kw. tł. nasy.: 10.56 g; Węglowodany ogółem: 379.31 g; W tym cukry: 104.31 g; Błonnik pok.: 16.26 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2236.66 kcal; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 353.42 g; W tym cukry: 103.07 g; Błonnik pok.: 15.83 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 2587.07 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 72.17 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 398.09 g; W tym cukry: 124.90 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 1983.10 kcal; Białko ogółem: 43.22 g; Tłuszcz: 44.23 g; Kw. tł. nasy.: 20.84 g; Węglowodany ogółem: 367.00 g; W tym cukry: 108.56 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 2322.77 kcal; Białko ogółem: 97.03 g; Tłuszcz: 59.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 359.84 g; W tym cukry: 109.77 g; Błonnik pok.: 18.21 g; Sól: 3.67 g;	Wartość energetyczna: 1683.04 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz: 38.48 g; Kw. tł. nasy.: 9.93 g; Węglowodany ogółem: 271.97 g; W tym cukry: 58.19 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sól: 4.60 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	
2024-04-09 wtorek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Serek homo, naturalny 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II SN	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g			Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	Wielowarzywna z zacierką*() (bez kalafiora) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() (bez kalafiora i brokuła) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() (bez kalafiora) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() b/mleka (bez kalafiora) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 40 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew oprószana z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() (bez kalafiora) b/soli 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa (bez soli) 90 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pietruszkowy (bez soli)* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem (bez soli) () 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() b/mleka (bez kalafiora) 200 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 15 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Chaiłka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )			Chaiłka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Chaiłka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2280.48 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 44.22 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 383.90 g; W tym cukry: 81.00 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2324.73 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 65.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 350.41 g; W tym cukry: 76.32 g; Błonnik pok.: 19.88 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2360.48 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 356.89 g; W tym cukry: 79.58 g; Błonnik pok.: 22.52 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 1999.00 kcal; Białko ogółem: 49.98 g; Tłuszcz: 47.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 356.67 g; W tym cukry: 92.50 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 4.79 g;	Wartość energetyczna: 2278.68 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 349.29 g; W tym cukry: 69.58 g; Błonnik pok.: 22.52 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 1805.75 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 40.56 g; Kw. tł. nasy.: 12.20 g; Węglowodany ogółem: 273.21 g; W tym cukry: 71.97 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 6.08 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 40 g ( <u>SEL.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	II ŚN	Koktajl wielooowocowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )				
Obiad	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez soli) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko (bez soli) 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez soli) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy (bez soli) () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Surowka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		Banan 1szt. 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Banan 1szt. 1 szt Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> )
Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Serek a la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Dżem 25g 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2475.81 kcal; Białko ogółem: 85.00 g; Tłuszcz: 40.59 g; Kw. tł. nasy.: 11.01 g; Węglowodany ogółem: 454.04 g; W tym cukry: 135.94 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2417.41 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 59.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 385.86 g; W tym cukry: 98.45 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2824.77 kcal; Białko ogółem: 106.93 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; Węglowodany ogółem: 435.73 g; W tym cukry: 126.22 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2841.71 kcal; Białko ogółem: 73.52 g; Tłuszcz: 73.72 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 476.45 g; W tym cukry: 130.91 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2700.83 kcal; Białko ogółem: 88.44 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 442.08 g; W tym cukry: 141.49 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 4.08 g;	Wartość energetyczna: 1738.88 kcal; Białko ogółem: 84.60 g; Tłuszcz: 35.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.85 g; Węglowodany ogółem: 275.94 g; W tym cukry: 81.94 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 5.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	
2024-04-11 czwartek	Sniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy ( ) (bez soli) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z salata lodową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	II ŚN	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez soli) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron (bez soli) 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Miks warzyw na dietę podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z salata lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )		Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )		
		Wartość energetyczna: 2223.56 kcal; Białko ogółem: 96.08 g; Tłuszcz: 42.31 g; Kw. tł. nasy.: 11.34 g; Węglowodany ogółem: 381.84 g; W tym cukry: 75.11 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2479.94 kcal; Białko ogółem: 96.08 g; Tłuszcz: 74.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.73 g; Węglowodany ogółem: 373.04 g; W tym cukry: 80.72 g; Błonnik pok.: 12.67 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2666.15 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 77.28 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 403.60 g; W tym cukry: 96.91 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2163.80 kcal; Białko ogółem: 56.77 g; Tłuszcz: 41.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 406.92 g; W tym cukry: 80.68 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2451.66 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 370.96 g; W tym cukry: 82.95 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 1798.04 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 44.32 g; Kw. tł. nasy.: 14.07 g; Węglowodany ogółem: 272.10 g; W tym cukry: 57.52 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 5.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	
2024-04-12 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> , ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> , ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> , ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ) Pasta z jaj 30 g ( <u>JAJ, MLE</u> , ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ) Pasta z jaj (bez soli) 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> , ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> , ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , ) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g	Melon 200 g		
Obiad	Krupnik jęczmienny ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> , ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać</u> : <u>GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> , ) Warzywa po grecku ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> , ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać</u> : <u>GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> , ) Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> , ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać</u> : <u>GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> , ) Warzywa po grecku ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ</u> , ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet rybny (dorsz) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać</u> : <u>GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> , ) Warzywa po grecku ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez soli) ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> , ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet rybny (dorsz) (bez soli) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać</u> : <u>GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> , ) Warzywa po grecku (bez soli) ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ</u> , ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 90 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać</u> : <u>GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> , ) Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> , ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE</u> , ) Jabłko 1 szt 1 szt	Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE</u> , ) Jabłko 1 szt 1 szt	Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml ( <u>MLE</u> , ) Jabłko 1 szt 1 szt
Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> , ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> , ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> , ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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% 15 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> , ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> , ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> , ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> , ) Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt			Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> , )		Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> , )
	Wartość energetyczna: 2260.81 kcal; Białko ogółem: 81.27 g; Tłuszcz: 30.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.38 g; Węglowodany ogółem: 428.50 g; W tym cukry: 139.73 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 5.11 g;	Wartość energetyczna: 2253.31 kcal; Białko ogółem: 72.02 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 373.76 g; W tym cukry: 147.15 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 2553.41 kcal; Białko ogółem: 91.95 g; Tłuszcz: 69.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 403.38 g; W tym cukry: 136.68 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2197.64 kcal; Białko ogółem: 58.15 g; Tłuszcz: 48.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 395.91 g; W tym cukry: 112.35 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2430.30 kcal; Białko ogółem: 85.16 g; Tłuszcz: 64.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 391.99 g; W tym cukry: 149.45 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1536.92 kcal; Białko ogółem: 75.27 g; Tłuszcz: 35.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.01 g; Węglowodany ogółem: 242.10 g; W tym cukry: 70.51 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 5.00 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszelka 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 15 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Rolada z topatki wieprzowej (bez soli) 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ,</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Obiad	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kotlety z brokuła* 400 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez soli) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 160 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez soli)* 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane (bez soli) ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 90 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka wykwińska z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR,</b> ) Buraczki gotowane ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
PD	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE,</b> )		Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE,</b> )	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )
Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</b> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* (bez soli) 70 g ( <b>SEL,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Salatka z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</b> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE,</b> )
PN	Chąłka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE,</b> )			Chąłka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chąłka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Wartość energetyczna: 2205.88 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 39.15 g; Kw. tł. nasy.: 8.79 g; Węglowodany ogółem: 393.54 g; W tym cukry: 101.66 g; Błonnik pok.: 19.29 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2438.96 kcal; Białko ogółem: 93.60 g; Tłuszcz: 71.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 373.57 g; W tym cukry: 104.33 g; Błonnik pok.: 20.65 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2876.09 kcal; Białko ogółem: 112.55 g; Tłuszcz: 85.42 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 435.27 g; W tym cukry: 125.60 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 2697.41 kcal; Białko ogółem: 67.59 g; Tłuszcz: 100.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 396.73 g; W tym cukry: 84.90 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2579.24 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 73.00 g; Kw. tł. nasy.: 31.12 g; Węglowodany ogółem: 394.82 g; W tym cukry: 113.26 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 4.34 g;	Wartość energetyczna: 1904.40 kcal; Białko ogółem: 83.33 g; Tłuszcz: 48.14 g; Kw. tł. nasy.: 11.42 g; Węglowodany ogółem: 297.85 g; W tym cukry: 78.86 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sól: 5.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	
2024-04-14 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU, JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	II ŚN	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 10 g	Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Dyniowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Marchew gotowana z olejem () 10 000 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką (bez soli) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy (bez soli) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos własny (bez soli) 50 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 200 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g Banan 1szt. 1 szt	Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Galaretką o smaku pomarańczowym 100 g	
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <b>MLE,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <b>MLE,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30 g ( <b>MLE,</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g ( <b>MLE,</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</b> )					Wafle ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2278.09 kcal; Białko ogółem: 85.16 g; Tłuszcz: 39.21 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; Węglowodany ogółem: 410.22 g; W tym cukry: 118.64 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 8817.97 kcal; Białko ogółem: 210.25 g; Tłuszcz: 318.41 g; Kw. tł. nasy.: 46.79 g; Węglowodany ogółem: 1547.69 g; W tym cukry: 785.17 g; Błonnik pok.: 514.65 g; Sól: 41.12 g;	Wartość energetyczna: 2651.67 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw. tł. nasy.: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 392.77 g; W tym cukry: 100.80 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2348.29 kcal; Białko ogółem: 63.36 g; Tłuszcz: 51.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 421.21 g; W tym cukry: 96.15 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2506.28 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 400.95 g; W tym cukry: 119.75 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 1669.09 kcal; Białko ogółem: 74.55 g; Tłuszcz: 31.68 g; Kw. tł. nasy.: 9.93 g; Węglowodany ogółem: 282.51 g; W tym cukry: 87.91 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sól: 4.90 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Vegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 40 g ( <u>SEL.</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.</u> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Chleb żytni razowy 32 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 Ogórek kiszony 50 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Solferino () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Surowka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez jaj) 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml ( <u>MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z cukrem () 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* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )		Chrupki kukurydziane 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2168.41 kcal; Białko ogółem: 87.75 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 322.99 g; W tym cukry: 55.36 g; Błonnik pok.: 33.18 g; Sól: 9.34 g;	Wartość energetyczna: 2135.13 kcal; Białko ogółem: 78.64 g; Tłuszcz: 52.08 g; Kw. tł. nasy.: 13.13 g; Węglowodany ogółem: 356.22 g; W tym cukry: 91.26 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2143.61 kcal; Białko ogółem: 80.51 g; Tłuszcz: 53.59 g; Kw. tł. nasy.: 13.62 g; Węglowodany ogółem: 352.34 g; W tym cukry: 89.33 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 2043.77 kcal; Białko ogółem: 66.31 g; Tłuszcz: 64.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 312.57 g; W tym cukry: 97.60 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 2.60 g;	Wartość energetyczna: 2617.32 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 429.21 g; W tym cukry: 141.59 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 517.21 kcal; Białko ogółem: 8.15 g; Tłuszcz: 1.00 g; Kw. tł. nasy.: 0.20 g; Węglowodany ogółem: 121.22 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 5.87 g; Sól: 0.21 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	
2024-04-03 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Salatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <b>JAJ, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 40 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml ( <b>MLE.</b> )		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g ( <b>GOR.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy z indyka 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 80 g Sos jarzynowy () 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu) 80 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 30 ml ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety z brokuła* 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
	Kolejacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek kiszony 50 g	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1924.15 kcal; Białko ogółem: 87.50 g; Tłuszcz: 67.17 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 255.17 g; W tym cukry: 48.94 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sól: 9.50 g;	Wartość energetyczna: 2198.96 kcal; Białko ogółem: 69.18 g; Tłuszcz: 55.30 g; Kw. tł. nasy.: 10.69 g; Węglowodany ogółem: 365.98 g; W tym cukry: 85.73 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2043.87 kcal; Białko ogółem: 75.60 g; Tłuszcz: 45.29 g; Kw. tł. nasy.: 10.89 g; Węglowodany ogółem: 343.52 g; W tym cukry: 84.80 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 4.45 g;	Wartość energetyczna: 2053.03 kcal; Białko ogółem: 80.23 g; Tłuszcz: 63.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 295.78 g; W tym cukry: 103.76 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 2.36 g;	Wartość energetyczna: 2529.23 kcal; Białko ogółem: 76.42 g; Tłuszcz: 82.17 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 388.31 g; W tym cukry: 117.77 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 516.54 kcal; Białko ogółem: 9.50 g; Tłuszcz: 3.09 g; Kw. tł. nasy.: 0.57 g; Węglowodany ogółem: 116.55 g; W tym cukry: 38.68 g; Błonnik pok.: 7.49 g; Sól: 0.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	
2024-04-04 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Pomidor 50 g	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g		Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryz na sytko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryz na sytko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto wegetariańskie* 350 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml				Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolejacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 70 g ( <b>SEL.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2246.14 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 306.84 g; W tym cukry: 57.69 g; Błonnik pok.: 36.11 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2429.08 kcal; Białko ogółem: 68.87 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 13.74 g; Węglowodany ogółem: 399.35 g; W tym cukry: 128.38 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2195.29 kcal; Białko ogółem: 71.99 g; Tłuszcz: 57.42 g; Kw. tł. nasy.: 11.94 g; Węglowodany ogółem: 362.67 g; W tym cukry: 122.63 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 4.13 g;	Wartość energetyczna: 2286.51 kcal; Białko ogółem: 70.06 g; Tłuszcz: 73.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 342.68 g; W tym cukry: 135.12 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 3.35 g;	Wartość energetyczna: 2508.33 kcal; Białko ogółem: 58.46 g; Tłuszcz: 78.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 406.38 g; W tym cukry: 147.15 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 533.01 kcal; Białko ogółem: 9.44 g; Tłuszcz: 1.49 g; Kw. tł. nasy.: 0.31 g; Węglowodany ogółem: 123.23 g; W tym cukry: 40.24 g; Błonnik pok.: 5.95 g; Sól: 0.22 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	
2024-04-05 piątek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj (bez mleka) 70 g ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Szynka wieprzowa gotowana 40 g	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pasta z brokuła* 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Surowka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g Jabłko 1 szt 1 szt	Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g Jabłko 1 szt 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 50 g	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1831.28 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 68.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 233.90 g; W tym cukry: 33.69 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2208.27 kcal; Białko ogółem: 74.38 g; Tłuszcz: 64.59 g; Kw. tł. nasy.: 13.13 g; Węglowodany ogółem: 341.56 g; W tym cukry: 121.56 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 4.84 g;	Wartość energetyczna: 1858.22 kcal; Białko ogółem: 70.47 g; Tłuszcz: 39.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.57 g; Węglowodany ogółem: 310.99 g; W tym cukry: 111.95 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 2179.26 kcal; Białko ogółem: 84.56 g; Tłuszcz: 63.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 325.89 g; W tym cukry: 137.75 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2496.48 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 72.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 382.65 g; W tym cukry: 147.63 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 525.26 kcal; Białko ogółem: 8.52 g; Tłuszcz: 1.53 g; Kw. tł. nasy.: 0.36 g; Węglowodany ogółem: 123.10 g; W tym cukry: 39.82 g; Błonnik pok.: 8.15 g; Sól: 0.64 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	
2024-04-06 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Hummus 70 g ( <u>SEZ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ.</u> )		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>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	Ryż na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Melon 100 g Chrupki kukurydziane 20 g		Melon 100 g Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Melon 100 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolejka	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 40 g ( <u>SEL.</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Pomidor 50 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2193.48 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 72.27 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 293.32 g; W tym cukry: 59.77 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 2003.52 kcal; Białko ogółem: 84.75 g; Tłuszcz: 50.01 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 318.69 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2054.48 kcal; Białko ogółem: 89.16 g; Tłuszcz: 52.08 g; Kw. tł. nasy.: 13.64 g; Węglowodany ogółem: 320.47 g; W tym cukry: 67.35 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2120.65 kcal; Białko ogółem: 75.31 g; Tłuszcz: 63.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 319.50 g; W tym cukry: 114.35 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 2684.10 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 90.82 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 364.38 g; W tym cukry: 85.51 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 507.56 kcal; Białko ogółem: 7.27 g; Tłuszcz: 0.89 g; Kw. tł. nasy.: 0.18 g; Węglowodany ogółem: 120.36 g; W tym cukry: 40.01 g; Błonnik pok.: 5.85 g; Sól: 0.22 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	BIAŁ- DSK Półpłynna	
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml				Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy*(bez mleka) 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Sos koperkowy*(bez mleka) 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Paszтет z dziczyzny 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyszdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2101.92 kcal; Białko ogółem: 113.91 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 253.31 g; W tym cukry: 50.49 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2408.22 kcal; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 354.17 g; W tym cukry: 112.94 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2142.27 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 334.22 g; W tym cukry: 112.74 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2317.17 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 79.62 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 308.11 g; W tym cukry: 116.09 g; Błonnik pok.: 16.39 g; Sól: 2.50 g;	Wartość energetyczna: 2280.03 kcal; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 55.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 353.67 g; W tym cukry: 124.69 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 4.54 g;	Wartość energetyczna: 533.01 kcal; Białko ogółem: 9.44 g; Tłuszcz: 1.49 g; Kw. tł. nasy.: 0.31 g; Węglowodany ogółem: 123.23 g; W tym cukry: 40.24 g; Błonnik pok.: 5.95 g; Sól: 0.22 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Vegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	
2024-04-08 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na dieć lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE,</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ,</b> )		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE,</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy ( ) 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Sałatka szwedzka b/c ( ) 100 g ( <b>GOR,</b> ) Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy ( ) 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 120 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Sos jarzynowy ( ) 50 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Dyńka duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) ( <b>SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Makaron bezglutenowy 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ,</b> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) ( ) 50 ml ( <b>SEL,</b> ) Dyńka z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Mandarynka 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
	Kolacja	Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <b>SEL,</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g ( <b>SEL,</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g ( <b>SEL,</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasztet vegetariański ( ) 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Platki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozdz.wędz.parzo.z.dodat.wody.w.osł.niejad 20 g Ogórek kiszony 40 g	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> )		Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2140.99 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 61.49 g; Kw. tł. nasy.: 17.42 g; Węglowodany ogółem: 323.35 g; W tym cukry: 63.93 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2177.05 kcal; Białko ogółem: 74.51 g; Tłuszcz: 53.75 g; Kw. tł. nasy.: 10.85 g; Węglowodany ogółem: 359.90 g; W tym cukry: 78.90 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2147.62 kcal; Białko ogółem: 78.86 g; Tłuszcz: 50.86 g; Kw. tł. nasy.: 11.33 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; W tym cukry: 74.44 g; Błonnik pok.: 21.55 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 1980.05 kcal; Białko ogółem: 64.11 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 305.58 g; W tym cukry: 91.52 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 1.96 g;	Wartość energetyczna: 2467.12 kcal; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kw. tł. nasy.: 39.22 g; Węglowodany ogółem: 368.42 g; W tym cukry: 107.04 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 530.09 kcal; Białko ogółem: 9.13 g; Tłuszcz: 1.20 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 123.44 g; W tym cukry: 40.30 g; Błonnik pok.: 5.90 g; Sól: 0.21 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	
2024-04-09 wtorek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II SN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Budyń o smaku waniliowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> )	Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Wielowarzywna z zacierką*( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c ( ) 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*( ) (bez kalafiora) b/mleka 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) ( ) 350 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez jaj) 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi z serem* 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolejacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Chąłka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chąłka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chąłka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1824.48 kcal; Białko ogółem: 86.40 g; Tłuszcz: 62.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.99 g; Węglowodany ogółem: 244.21 g; W tym cukry: 42.93 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2161.84 kcal; Białko ogółem: 79.25 g; Tłuszcz: 49.91 g; Kw. tł. nasy.: 11.48 g; Węglowodany ogółem: 362.46 g; W tym cukry: 102.85 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2137.15 kcal; Białko ogółem: 70.83 g; Tłuszcz: 44.30 g; Kw. tł. nasy.: 10.94 g; Węglowodany ogółem: 376.79 g; W tym cukry: 115.61 g; Błonnik pok.: 19.23 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2191.34 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz: 65.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 327.95 g; W tym cukry: 69.38 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 3.62 g;	Wartość energetyczna: 2580.72 kcal; Białko ogółem: 92.68 g; Tłuszcz: 65.27 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 411.66 g; W tym cukry: 101.33 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 522.84 kcal; Białko ogółem: 8.42 g; Tłuszcz: 1.70 g; Kw. tł. nasy.: 0.36 g; Węglowodany ogółem: 122.13 g; W tym cukry: 40.42 g; Błonnik pok.: 7.77 g; Sól: 0.64 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	
2024-04-10 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mieso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 40 g Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Ogórek kiszony 50 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
2024-04-10 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml ( <u>SEL.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kotlet z jaj 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Banan 1szt. 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
2024-04-10 środa	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Dżem 25g 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25g 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Dżem 25g 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2480.20 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 373.14 g; W tym cukry: 63.41 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 9.36 g;	Wartość energetyczna: 2423.57 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 51.53 g; Kw. tł. nasy.: 13.96 g; Węglowodany ogółem: 411.98 g; W tym cukry: 93.96 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2332.86 kcal; Białko ogółem: 82.69 g; Tłuszcz: 48.27 g; Kw. tł. nasy.: 13.29 g; Węglowodany ogółem: 399.94 g; W tym cukry: 83.20 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 2692.94 kcal; Białko ogółem: 77.74 g; Tłuszcz: 71.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 441.78 g; W tym cukry: 155.76 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 2.24 g;	Wartość energetyczna: 2878.84 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 92.40 g; Kw. tł. nasy.: 35.08 g; Węglowodany ogółem: 433.59 g; W tym cukry: 122.44 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 534.11 kcal; Białko ogółem: 8.86 g; Tłuszcz: 2.61 g; Kw. tł. nasy.: 0.48 g; Węglowodany ogółem: 122.58 g; W tym cukry: 38.58 g; Błonnik pok.: 7.32 g; Sól: 0.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	
2024-04-11 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <u>SEL.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Bułka pszemno- żytnia z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszemno- żytnia z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Ojca Grzegorza-wędlna 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	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 80 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 80 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Gulasz sojowy z warzywami * 230 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka () 120 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	
Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pызdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</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> ) Wafle ryżowe 30 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2515.89 kcal; Białko ogółem: 97.12 g; Tłuszcz: 79.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.15 g; Węglowodany ogółem: 367.59 g; W tym cukry: 49.89 g; Błonnik pok.: 36.62 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2144.18 kcal; Białko ogółem: 69.62 g; Tłuszcz: 50.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.01 g; Węglowodany ogółem: 362.61 g; W tym cukry: 80.34 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2097.73 kcal; Białko ogółem: 77.35 g; Tłuszcz: 50.88 g; Kw. tł. nasy.: 11.88 g; Węglowodany ogółem: 345.75 g; W tym cukry: 78.40 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 4.34 g;	Wartość energetyczna: 2185.97 kcal; Białko ogółem: 78.19 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 324.29 g; W tym cukry: 70.99 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 3190.42 kcal; Białko ogółem: 135.19 g; Tłuszcz: 95.37 g; Kw. tł. nasy.: 39.40 g; Węglowodany ogółem: 452.00 g; W tym cukry: 98.64 g; Błonnik pok.: 40.00 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 517.21 kcal; Białko ogółem: 8.15 g; Tłuszcz: 1.08 g; Kw. tł. nasy.: 0.20 g; Węglowodany ogółem: 121.41 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 5.87 g; Sól: 0.21 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	
2024-04-12 piątek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba faszerowana (dorsz) 40 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g	Melon 200 g				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SÓZ, MCK.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 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 z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 120 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE.</u> ) Warzywa po grecku () 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	Jabłko 1 szt 1 szt	Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Galaretką o smaku pomarańczowym 150 g	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dod.wody.w osł.niejad 20 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona,parzona.z dod.wody.białka wp 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 50 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt			Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2137.24 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 64.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.09 g; Węglowodany ogółem: 316.44 g; W tym cukry: 44.51 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 1942.25 kcal; Białko ogółem: 63.35 g; Tłuszcz: 47.30 g; Kw. tł. nasy.: 10.80 g; Węglowodany ogółem: 327.37 g; W tym cukry: 93.73 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 1954.86 kcal; Białko ogółem: 62.96 g; Tłuszcz: 47.80 g; Kw. tł. nasy.: 10.98 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; W tym cukry: 98.05 g; Błonnik pok.: 28.12 g; Sól: 5.11 g;	Wartość energetyczna: 2375.84 kcal; Białko ogółem: 72.82 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 362.24 g; W tym cukry: 144.48 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 2484.89 kcal; Białko ogółem: 80.19 g; Tłuszcz: 74.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 387.47 g; W tym cukry: 150.48 g; Błonnik pok.: 30.78 g; Sól: 6.00 g;	Wartość energetyczna: 525.10 kcal; Białko ogółem: 9.92 g; Tłuszcz: 1.91 g; Kw. tł. nasy.: 0.40 g; Węglowodany ogółem: 120.36 g; W tym cukry: 38.53 g; Błonnik pok.: 6.40 g; Sól: 0.22 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	
2024-04-13 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z ciecierzycy ( ) 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
2024-04-13 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Surowka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos jarzynowy ( ) 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 160 g Klopsik drobiowy z udzca (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) ( ) 50 ml ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Kotlety z brokuła* 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryz na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g		Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
2024-04-13 sobota	Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałatka z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzwna. z mięsa drobiowego z udzca* 70 g ( <b>SEL.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g	Wafle ryżowe 30 g		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
<p>Wartość energetyczna: 2459.22 kcal; Białko ogółem: 97.63 g; Tłuszcz: 78.72 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 356.72 g; W tym cukry: 44.40 g; Błonnik pok.: 35.44 g; Sól: 7.64 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2102.80 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 44.50 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; Węglowodany ogółem: 355.47 g; W tym cukry: 79.97 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 5.85 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2057.70 kcal; Białko ogółem: 83.20 g; Tłuszcz: 41.84 g; Kw. tł. nasy.: 11.14 g; Węglowodany ogółem: 349.54 g; W tym cukry: 90.64 g; Błonnik pok.: 20.22 g; Sól: 4.36 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2251.20 kcal; Białko ogółem: 83.43 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 330.00 g; W tym cukry: 114.01 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 2.52 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2825.91 kcal; Białko ogółem: 87.55 g; Tłuszcz: 91.72 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 423.72 g; W tym cukry: 111.10 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 6.18 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 509.30 kcal; Białko ogółem: 8.63 g; Tłuszcz: 1.42 g; Kw. tł. nasy.: 0.28 g; Węglowodany ogółem: 118.35 g; W tym cukry: 38.46 g; Błonnik pok.: 6.32 g; Sól: 0.21 g;</p>							

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna
Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
Obiad	Dyniowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka wielowarzynna z olejem b/c () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 80 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos własny (bez glutenu) 50 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi z truskawkami * 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mandarynka 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Banan 1szt. 1 szt Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g	Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
Kolejacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2186.65 kcal; Białko ogółem: 95.70 g; Tłuszcz: 65.02 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 318.84 g; W tym cukry: 49.01 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2265.71 kcal; Białko ogółem: 74.54 g; Tłuszcz: 43.49 g; Kw. tł. nasy.: 12.32 g; Węglowodany ogółem: 408.31 g; W tym cukry: 134.03 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2099.08 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Tłuszcz: 42.65 g; Kw. tł. nasy.: 12.15 g; Węglowodany ogółem: 362.80 g; W tym cukry: 101.64 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 2163.53 kcal; Białko ogółem: 72.58 g; Tłuszcz: 58.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 344.84 g; W tym cukry: 125.23 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 2.00 g;	Wartość energetyczna: 2552.04 kcal; Białko ogółem: 75.85 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 425.12 g; W tym cukry: 148.30 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 4.63 g;	Wartość energetyczna: 509.30 kcal; Białko ogółem: 8.63 g; Tłuszcz: 1.42 g; Kw. tł. nasy.: 0.28 g; Węglowodany ogółem: 118.35 g; W tym cukry: 38.46 g; Błonnik pok.: 6.32 g; Sól: 0.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień	BIAŁ- DSK OZT 4 dzień
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Baton szynkowy z kurczak 35 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g
		Wartość energetyczna: 1639.59 kcal; Białko ogółem: 37.64 g; Tłuszcz: 12.55 g; Kw. tł. nasy.: 1.72 g; Węglowodany ogółem: 358.93 g; W tym cukry: 49.43 g; Błonnik pok.: 19.30 g; Sól: 3.57 g;	Wartość energetyczna: 1974.19 kcal; Białko ogółem: 65.25 g; Tłuszcz: 33.22 g; Kw. tł. nasy.: 5.84 g; Węglowodany ogółem: 362.39 g; W tym cukry: 44.75 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 704.24 kcal; Białko ogółem: 14.97 g; Tłuszcz: 5.25 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 151.58 g; W tym cukry: 39.66 g; Błonnik pok.: 7.11 g; Sól: 0.23 g;	Wartość energetyczna: 1566.46 kcal; Białko ogółem: 31.66 g; Tłuszcz: 14.20 g; Kw. tł. nasy.: 2.40 g; Węglowodany ogółem: 332.21 g; W tym cukry: 28.18 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 1587.65 kcal; Białko ogółem: 74.66 g; Tłuszcz: 16.44 g; Kw. tł. nasy.: 3.58 g; Węglowodany ogółem: 294.21 g; W tym cukry: 22.08 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 3.44 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień	BIAŁ- DSK OZT 4 dzień
2024-04-03 środa	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Szynkowa drobowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodak.wody w osł.niejad 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ) Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )
	Kolejacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 35 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1645.76 kcal; Białko ogółem: 37.13 g; Tłuszcz: 12.49 g; Kw. tł. nasy.: 1.72 g; Węglowodany ogółem: 361.55 g; W tym cukry: 49.46 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 3.57 g;	Wartość energetyczna: 1959.84 kcal; Białko ogółem: 63.91 g; Tłuszcz: 25.90 g; Kw. tł. nasy.: 3.20 g; Węglowodany ogółem: 376.49 g; W tym cukry: 38.64 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 5.70 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 704.24 kcal; Białko ogółem: 14.97 g; Tłuszcz: 5.25 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 151.58 g; W tym cukry: 39.66 g; Błonnik pok.: 7.11 g; Sól: 0.23 g;	Wartość energetyczna: 1566.46 kcal; Białko ogółem: 31.66 g; Tłuszcz: 14.20 g; Kw. tł. nasy.: 2.40 g; Węglowodany ogółem: 332.21 g; W tym cukry: 28.18 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 1624.07 kcal; Białko ogółem: 72.86 g; Tłuszcz: 15.44 g; Kw. tł. nasy.: 2.97 g; Węglowodany ogółem: 301.99 g; W tym cukry: 22.08 g; Błonnik pok.: 17.27 g; Sól: 3.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień	BIAŁ- DSK OZT 4 dzień
2024-04-04 czwartek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 35 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek ( ) b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek ( ) b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Ziemniaki gotowane puree ( ) 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree ( ) 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem ( ) 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z dodat.wody w osł.niejad 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
		Wartość energetyczna: 1661.16 kcal; Białko ogółem: 38.45 g; Tłuszcz: 14.09 g; Kw. tł. nasy.: 2.97 g; Węglowodany ogółem: 359.77 g; W tym cukry: 58.46 g; Błonnik pok.: 18.25 g; Sól: 3.66 g;	Wartość energetyczna: 1931.08 kcal; Białko ogółem: 63.63 g; Tłuszcz: 32.96 g; Kw. tł. nasy.: 6.04 g; Węglowodany ogółem: 352.53 g; W tym cukry: 44.50 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 711.44 kcal; Białko ogółem: 15.79 g; Tłuszcz: 6.13 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 149.40 g; W tym cukry: 39.66 g; Błonnik pok.: 5.59 g; Sól: 0.22 g;	Wartość energetyczna: 1566.46 kcal; Białko ogółem: 31.66 g; Tłuszcz: 14.20 g; Kw. tł. nasy.: 2.40 g; Węglowodany ogółem: 332.21 g; W tym cukry: 28.18 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 1578.76 kcal; Białko ogółem: 75.46 g; Tłuszcz: 15.52 g; Kw. tł. nasy.: 2.97 g; Węglowodany ogółem: 291.98 g; W tym cukry: 22.08 g; Błonnik pok.: 15.68 g; Sól: 3.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień
2024-04-05 piątek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 35 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Filet z indyka gotowany 40 g
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek ( ) b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek ( ) b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Ziemniaki gotowane puree ( ) 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree ( ) 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem ( ) 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 35 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Filet z indyka gotowany 40 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Suchary b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Suchary b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1645.76 kcal; Białko ogółem: 37.13 g; Tłuszcz: 12.49 g; Kw. tł. nasy.: 1.72 g; Węglowodany ogółem: 361.55 g; W tym cukry: 49.46 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 3.57 g;	Wartość energetyczna: 2011.30 kcal; Białko ogółem: 66.23 g; Tłuszcz: 30.58 g; Kw. tł. nasy.: 5.16 g; Węglowodany ogółem: 371.91 g; W tym cukry: 44.80 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 4.42 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 707.61 kcal; Białko ogółem: 15.59 g; Tłuszcz: 6.10 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 148.48 g; W tym cukry: 39.22 g; Błonnik pok.: 5.11 g; Sól: 0.20 g;	Wartość energetyczna: 1566.46 kcal; Białko ogółem: 31.66 g; Tłuszcz: 14.20 g; Kw. tł. nasy.: 2.40 g; Węglowodany ogółem: 332.21 g; W tym cukry: 28.18 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 1578.76 kcal; Białko ogółem: 75.46 g; Tłuszcz: 15.52 g; Kw. tł. nasy.: 2.97 g; Węglowodany ogółem: 291.98 g; W tym cukry: 22.08 g; Błonnik pok.: 15.68 g; Sól: 3.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień	BIAŁ- DSK OZT 4 dzień
2024-04-06 sobota	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )
	Kolejacja	Makaron na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Suchary b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
		Wartość energetyczna: 1575.32 kcal; Białko ogółem: 36.68 g; Tłuszcz: 12.10 g; Kw. tł. nasy.: 1.67 g; Węglowodany ogółem: 344.49 g; W tym cukry: 48.86 g; Błonnik pok.: 17.73 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 1947.84 kcal; Białko ogółem: 70.69 g; Tłuszcz: 31.56 g; Kw. tł. nasy.: 7.36 g; Węglowodany ogółem: 355.50 g; W tym cukry: 51.98 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 707.61 kcal; Białko ogółem: 15.59 g; Tłuszcz: 6.10 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 148.48 g; W tym cukry: 39.22 g; Błonnik pok.: 5.11 g; Sól: 0.20 g;	Wartość energetyczna: 1566.21 kcal; Białko ogółem: 31.64 g; Tłuszcz: 14.20 g; Kw. tł. nasy.: 2.40 g; Węglowodany ogółem: 332.26 g; W tym cukry: 28.14 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sól: 3.03 g;	Wartość energetyczna: 1564.34 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz: 17.14 g; Kw. tł. nasy.: 4.18 g; Węglowodany ogółem: 281.80 g; W tym cukry: 31.44 g; Błonnik pok.: 14.49 g; Sól: 3.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień	BIAŁ- DSK OZT 4 dzień
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 35 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek ( ) b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek ( ) b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree ( ) 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem ( ) 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )
	Kolejca	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Suchary b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1667.61 kcal; Białko ogółem: 37.00 g; Tłuszcz: 15.10 g; Kw. tł. nasy.: 2.47 g; Węglowodany ogółem: 361.41 g; W tym cukry: 49.25 g; Błonnik pok.: 19.35 g; Sól: 3.58 g;	Wartość energetyczna: 1940.62 kcal; Białko ogółem: 57.40 g; Tłuszcz: 27.18 g; Kw. tł. nasy.: 4.57 g; Węglowodany ogółem: 368.93 g; W tym cukry: 42.89 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 707.61 kcal; Białko ogółem: 15.59 g; Tłuszcz: 6.10 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 148.48 g; W tym cukry: 39.22 g; Błonnik pok.: 5.11 g; Sól: 0.20 g;	Wartość energetyczna: 1566.46 kcal; Białko ogółem: 31.66 g; Tłuszcz: 14.20 g; Kw. tł. nasy.: 2.40 g; Węglowodany ogółem: 332.21 g; W tym cukry: 28.18 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 1578.76 kcal; Białko ogółem: 75.46 g; Tłuszcz: 15.52 g; Kw. tł. nasy.: 2.97 g; Węglowodany ogółem: 291.98 g; W tym cukry: 22.08 g; Błonnik pok.: 15.68 g; Sól: 3.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	
2024-04-08 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynka od Żduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )		Chrupki kukurydziane 20 g	
		Wartość energetyczna: 1698.27 kcal; Białko ogółem: 35.35 g; Tłuszcz: 13.30 g; Kw. tł. nasy.: 1.65 g; Węglowodany ogółem: 369.39 g; W tym cukry: 49.46 g; Błonnik pok.: 19.40 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 1975.21 kcal; Białko ogółem: 64.79 g; Tłuszcz: 31.54 g; Kw. tł. nasy.: 5.78 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; W tym cukry: 44.73 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 756.75 kcal; Białko ogółem: 13.19 g; Tłuszcz: 6.05 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 159.42 g; W tym cukry: 39.66 g; Błonnik pok.: 7.18 g; Sól: 0.22 g;	Wartość energetyczna: 1566.46 kcal; Białko ogółem: 31.66 g; Tłuszcz: 14.20 g; Kw. tł. nasy.: 2.40 g; Węglowodany ogółem: 332.21 g; W tym cukry: 28.18 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 1587.65 kcal; Białko ogółem: 74.66 g; Tłuszcz: 16.44 g; Kw. tł. nasy.: 3.58 g; Węglowodany ogółem: 294.21 g; W tym cukry: 22.08 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 3.44 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień
2024-04-09 wtorek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 35 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )
	Kolejacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1677.42 kcal; Białko ogółem: 35.35 g; Tłuszcz: 13.06 g; Kw. tł. nasy.: 1.65 g; Węglowodany ogółem: 365.45 g; W tym cukry: 49.46 g; Błonnik pok.: 19.13 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 1924.87 kcal; Białko ogółem: 62.11 g; Tłuszcz: 26.32 g; Kw. tł. nasy.: 4.45 g; Węglowodany ogółem: 362.62 g; W tym cukry: 42.89 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 751.34 kcal; Białko ogółem: 17.09 g; Tłuszcz: 6.87 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 156.20 g; W tym cukry: 39.66 g; Błonnik pok.: 5.59 g; Sól: 0.22 g;	Wartość energetyczna: 1566.46 kcal; Białko ogółem: 31.66 g; Tłuszcz: 14.20 g; Kw. tł. nasy.: 2.40 g; Węglowodany ogółem: 332.21 g; W tym cukry: 28.18 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 1515.05 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 3.51 g; Węglowodany ogółem: 278.43 g; W tym cukry: 22.08 g; Błonnik pok.: 15.69 g; Sól: 3.43 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień
2024-04-10 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 35 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	
Kolejacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 35 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1646.83 kcal; Białko ogółem: 38.51 g; Tłuszcz: 14.22 g; Kw. tł. nasy.: 2.01 g; Węglowodany ogółem: 357.13 g; W tym cukry: 49.65 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 3.57 g;	Wartość energetyczna: 2012.05 kcal; Białko ogółem: 68.81 g; Tłuszcz: 33.54 g; Kw. tł. nasy.: 5.79 g; Węglowodany ogółem: 367.10 g; W tym cukry: 30.16 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 5.35 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 704.24 kcal; Białko ogółem: 14.97 g; Tłuszcz: 5.25 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 151.58 g; W tym cukry: 39.66 g; Błonnik pok.: 7.11 g; Sól: 0.23 g;	Wartość energetyczna: 1513.95 kcal; Białko ogółem: 33.44 g; Tłuszcz: 13.40 g; Kw. tł. nasy.: 2.47 g; Węglowodany ogółem: 324.37 g; W tym cukry: 28.18 g; Błonnik pok.: 18.56 g; Sól: 3.03 g;	Wartość energetyczna: 1515.05 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 3.51 g; Węglowodany ogółem: 278.43 g; W tym cukry: 22.08 g; Błonnik pok.: 15.69 g; Sól: 3.43 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień	BIAŁ- DSK OZT 4 dzień
2024-04-11 czwartek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Wafle tortowe 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g
		Wartość energetyczna: 1711.47 kcal; Białko ogółem: 38.97 g; Tłuszcz: 14.48 g; Kw. tł. nasy.: 2.90 g; Węglowodany ogółem: 366.73 g; W tym cukry: 57.71 g; Błonnik pok.: 17.79 g; Sól: 3.73 g;	Wartość energetyczna: 1983.12 kcal; Białko ogółem: 67.03 g; Tłuszcz: 34.30 g; Kw. tł. nasy.: 6.91 g; Węglowodany ogółem: 364.47 g; W tym cukry: 46.62 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 707.61 kcal; Białko ogółem: 15.59 g; Tłuszcz: 6.10 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 148.48 g; W tym cukry: 39.22 g; Błonnik pok.: 5.11 g; Sól: 0.20 g;	Wartość energetyczna: 1513.95 kcal; Białko ogółem: 33.44 g; Tłuszcz: 13.40 g; Kw. tł. nasy.: 2.47 g; Węglowodany ogółem: 324.37 g; W tym cukry: 28.18 g; Błonnik pok.: 18.56 g; Sól: 3.03 g;	Wartość energetyczna: 1587.65 kcal; Białko ogółem: 74.66 g; Tłuszcz: 16.44 g; Kw. tł. nasy.: 3.58 g; Węglowodany ogółem: 294.21 g; W tym cukry: 22.08 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 3.44 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień	BIAŁ- DSK OZT 4 dzień
2024-04-12 piątek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody białka wp 35 g ( <u>SOJ</u> , może zawierać: <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodac.wody w osł.niejad 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1661.97 kcal; Białko ogółem: 34.46 g; Tłuszcz: 13.00 g; Kw. tł. nasy.: 1.61 g; Węglowodany ogółem: 361.50 g; W tym cukry: 49.46 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 1936.90 kcal; Białko ogółem: 63.93 g; Tłuszcz: 28.55 g; Kw. tł. nasy.: 4.78 g; Węglowodany ogółem: 365.26 g; W tym cukry: 44.80 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 734.96 kcal; Białko ogółem: 15.87 g; Tłuszcz: 5.38 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 158.36 g; W tym cukry: 40.10 g; Błonnik pok.: 7.73 g; Sól: 0.24 g;	Wartość energetyczna: 1513.95 kcal; Białko ogółem: 33.44 g; Tłuszcz: 13.40 g; Kw. tł. nasy.: 2.47 g; Węglowodany ogółem: 324.37 g; W tym cukry: 28.18 g; Błonnik pok.: 18.56 g; Sól: 3.03 g;	Wartość energetyczna: 1628.45 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 16.53 g; Kw. tł. nasy.: 3.66 g; Węglowodany ogółem: 302.28 g; W tym cukry: 22.50 g; Błonnik pok.: 16.68 g; Sól: 3.44 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	
2024-04-13 sobota	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 35 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	
Kolejca	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 35 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			
PN	Wartość energetyczna: 1631.81 kcal; Białko ogółem: 37.30 g; Tłuszcz: 12.68 g; Kw. tł. nasy.: 1.63 g; Węglowodany ogółem: 356.23 g; W tym cukry: 49.46 g; Błonnik pok.: 17.42 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 1899.03 kcal; Białko ogółem: 61.75 g; Tłuszcz: 25.63 g; Kw. tł. nasy.: 4.07 g; Węglowodany ogółem: 363.12 g; W tym cukry: 44.49 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 704.61 kcal; Białko ogółem: 15.39 g; Tłuszcz: 5.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 149.28 g; W tym cukry: 39.22 g; Błonnik pok.: 5.11 g; Sól: 0.20 g;	Wartość energetyczna: 1518.15 kcal; Białko ogółem: 34.06 g; Tłuszcz: 13.74 g; Kw. tł. nasy.: 2.40 g; Węglowodany ogółem: 322.99 g; W tym cukry: 28.18 g; Błonnik pok.: 17.04 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 1575.76 kcal; Białko ogółem: 75.26 g; Tłuszcz: 14.98 g; Kw. tł. nasy.: 2.97 g; Węglowodany ogółem: 292.78 g; W tym cukry: 22.08 g; Błonnik pok.: 15.68 g; Sól: 3.42 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień
2024-04-14 niedziela	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 55 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek ( ) b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mus z jabłek ( ) b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Ziemniaki gotowane puree ( ) 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Ziemniaki gotowane ( ) 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree ( ) 180 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane ( ) 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem ( ) 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 35 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g		Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1627.61 kcal; Białko ogółem: 36.68 g; Tłuszcz: 12.34 g; Kw. tł. nasy.: 1.70 g; Węglowodany ogółem: 357.61 g; W tym cukry: 49.46 g; Błonnik pok.: 18.94 g; Sól: 3.57 g;	Wartość energetyczna: 2000.26 kcal; Białko ogółem: 65.18 g; Tłuszcz: 29.11 g; Kw. tł. nasy.: 5.43 g; Węglowodany ogółem: 374.30 g; W tym cukry: 44.49 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 700.41 kcal; Białko ogółem: 14.77 g; Tłuszcz: 5.22 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 150.66 g; W tym cukry: 39.22 g; Błonnik pok.: 6.63 g; Sól: 0.21 g;	Wartość energetyczna: 1615.89 kcal; Białko ogółem: 35.71 g; Tłuszcz: 13.56 g; Kw. tł. nasy.: 2.51 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; W tym cukry: 28.63 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 3.25 g;	Wartość energetyczna: 1571.56 kcal; Białko ogółem: 74.64 g; Tłuszcz: 14.64 g; Kw. tł. nasy.: 3.04 g; Węglowodany ogółem: 294.16 g; W tym cukry: 22.08 g; Błonnik pok.: 17.20 g; Sól: 3.43 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoaergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym () 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 20 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Mus z jabłek () b/c 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
Obiad	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez jaj) 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pierogi leniwe z cukrem () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy mielony (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ</b> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml ( <b>MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Chrupki kukurydziane 20 g
Kolejacja	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chalka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 1981.50 kcal; Białko ogółem: 58.52 g; Tłuszcz: 38.22 g; Kw. tł. nasy.: 8.86 g; Węglowodany ogółem: 368.74 g; W tym cukry: 112.47 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2064.46 kcal; Białko ogółem: 63.80 g; Tłuszcz: 41.93 g; Kw. tł. nasy.: 9.66 g; Węglowodany ogółem: 376.45 g; W tym cukry: 90.71 g; Błonnik pok.: 32.52 g; Sól: 4.73 g;	Wartość energetyczna: 3057.93 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 492.66 g; W tym cukry: 153.26 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2048.61 kcal; Białko ogółem: 76.26 g; Tłuszcz: 57.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.55 g; Węglowodany ogółem: 320.39 g; W tym cukry: 90.10 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 1805.51 kcal; Białko ogółem: 47.15 g; Tłuszcz: 45.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 313.19 g; W tym cukry: 96.76 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 2.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	
2024-04-03 środa	Śniadanie	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE</b> ) Salatka meksykańska z fasolą* 150 g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> )
	II SN	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml ( <b>MLE</b> ) Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml ( <b>MLE</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
	Obiad	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki oprószone () 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Filet z indyka gotowany 50 g Sos jarzynowy () 30 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki oprószone () 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy z indyka 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g ( <b>GOR</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ</b> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 30 ml ( <b>SEL</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> ) Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 1919.88 kcal; Białko ogółem: 55.22 g; Tłuszcz: 29.42 g; Kw. tł. nasy.: 6.44 g; Węglowodany ogółem: 367.93 g; W tym cukry: 84.50 g; Błonnik pok.: 20.05 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 1899.34 kcal; Białko ogółem: 63.57 g; Tłuszcz: 31.16 g; Kw. tł. nasy.: 7.55 g; Węglowodany ogółem: 356.23 g; W tym cukry: 85.35 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 3545.15 kcal; Białko ogółem: 114.85 g; Tłuszcz: 102.65 g; Kw. tł. nasy.: 36.27 g; Węglowodany ogółem: 558.94 g; W tym cukry: 129.01 g; Błonnik pok.: 31.15 g; Sól: 10.26 g;	Wartość energetyczna: 2173.31 kcal; Białko ogółem: 81.57 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 14.61 g; Węglowodany ogółem: 330.75 g; W tym cukry: 85.15 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 1897.57 kcal; Białko ogółem: 56.85 g; Tłuszcz: 53.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 303.89 g; W tym cukry: 103.43 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sól: 1.82 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona
2024-04-04 czwartek	Śniadanie	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</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 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Mus z jabłek ( ) b/c 150 g	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	
Obiad	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Ziemniaczana (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Klopsik wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Klopsik wieprzowy b/jaj 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Klopsik drobiowy z udźca 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mus z jabłek ( ) b/c 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml
Kolejca	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <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 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 20 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	
	Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 2015.08 kcal; Białko ogółem: 52.17 g; Tłuszcz: 35.71 g; Kw. tł. nasy.: 8.49 g; Węglowodany ogółem: 391.55 g; W tym cukry: 129.61 g; Błonnik pok.: 31.29 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2080.49 kcal; Białko ogółem: 66.29 g; Tłuszcz: 37.13 g; Kw. tł. nasy.: 9.06 g; Węglowodany ogółem: 390.32 g; W tym cukry: 114.44 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 3176.28 kcal; Białko ogółem: 97.99 g; Tłuszcz: 86.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.36 g; Węglowodany ogółem: 519.49 g; W tym cukry: 158.43 g; Błonnik pok.: 42.11 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2115.38 kcal; Białko ogółem: 73.42 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 14.14 g; Węglowodany ogółem: 336.27 g; W tym cukry: 96.80 g; Błonnik pok.: 37.29 g; Sól: 4.98 g;	Wartość energetyczna: 1906.00 kcal; Białko ogółem: 47.20 g; Tłuszcz: 44.51 g; Kw. tł. nasy.: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; W tym cukry: 127.23 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 2.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAŁ- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Wysokoenergetyczna	BIAŁ- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	
2024-04-05 piątek	Śniadanie	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z białek 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 35 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE</b> )
Obiad	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy b/jaj 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy b/jaj 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Mus z jabłek () b/c 150 g	Galaretka o smaku brzoskwinowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Galaretka o smaku brzoskwinowym 200 g Jabłko 1 szt 1 szt		Galaretka o smaku brzoskwinowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Kolejca	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 2 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )	Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 30 g
<p>Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1765.86 kcal; Białko ogółem: 54.45 g; Tłuszcz: 32.94 g; Kw. tł. nasy.: 7.83 g; Węglowodany ogółem: 320.18 g; W tym cukry: 115.77 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 4.39 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1843.87 kcal; Białko ogółem: 57.67 g; Tłuszcz: 29.55 g; Kw. tł. nasy.: 7.50 g; Węglowodany ogółem: 345.15 g; W tym cukry: 116.25 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 4.31 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2550.65 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 67.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 409.89 g; W tym cukry: 159.67 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 6.28 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1882.56 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 54.34 g; Kw. tł. nasy.: 16.11 g; Węglowodany ogółem: 277.74 g; W tym cukry: 97.69 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 4.74 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1879.40 kcal; Białko ogółem: 62.02 g; Tłuszcz: 45.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 312.17 g; W tym cukry: 123.98 g; Błonnik pok.: 20.40 g; Sól: 2.37 g;</p>							



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAŁ- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Hipoałergiczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Wysokoenergetyczna	BIAŁ- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	
2024-04-06 sobota	Śniadanie	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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 Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )
	II ŚN	Mus z jabłek ( ) b/c 150 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ</u> )		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
Obiad	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos ziołowy ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki po francusku z olejem ( ) 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki po francusku z olejem ( ) 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <u>JAJ</u> ) Sos ziołowy (bez glutenu) ( ) 30 ml ( <u>SEL</u> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Mus z jabłek ( ) b/c 150 g	Melon 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Melon 100 g Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )	Melon 100 g Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )	
Kolejacja	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 200 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego ( ) 20 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Wafle ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 1839.70 kcal; Białko ogółem: 61.43 g; Tłuszcz: 34.23 g; Kw. tł. nasy.: 8.40 g; Węglowodany ogółem: 332.13 g; W tym cukry: 70.16 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 1878.21 kcal; Białko ogółem: 62.73 g; Tłuszcz: 34.46 g; Kw. tł. nasy.: 8.43 g; Węglowodany ogółem: 338.18 g; W tym cukry: 67.29 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2598.03 kcal; Białko ogółem: 115.96 g; Tłuszcz: 73.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 381.19 g; W tym cukry: 107.89 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2001.55 kcal; Białko ogółem: 90.65 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; Węglowodany ogółem: 288.47 g; W tym cukry: 70.90 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 1922.29 kcal; Białko ogółem: 62.56 g; Tłuszcz: 43.72 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 328.46 g; W tym cukry: 121.94 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 3.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAŁ- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Wysokoenergetyczna	BIAŁ- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU OW,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatką wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Rolada z łopatką wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Mus z jabłek ( ) b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml			Jabłko 1 szt 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml
	Obiad	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka Coleslaw ( ) 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka Coleslaw ( ) 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g ( <u>SEL,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g ( <u>JAJ,</u> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml ( <u>MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mus z jabłek ( ) b/c 150 g	Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Banan 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE,</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE,</u> ) Banan 1szt. 1 szt		
	Kolacja	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</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 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE,</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek 70 g ( <u>MLE,</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 35 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Podpiomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Podpiomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 2047.30 kcal; Białko ogółem: 58.67 g; Tłuszcz: 43.68 g; Kw. tł. nasy.: 9.15 g; Węglowodany ogółem: 373.67 g; W tym cukry: 114.52 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2104.75 kcal; Białko ogółem: 62.54 g; Tłuszcz: 47.77 g; Kw. tł. nasy.: 10.21 g; Węglowodany ogółem: 375.61 g; W tym cukry: 116.19 g; Błonnik pok.: 33.76 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 3238.41 kcal; Białko ogółem: 142.17 g; Tłuszcz: 94.24 g; Kw. tł. nasy.: 41.40 g; Węglowodany ogółem: 468.61 g; W tym cukry: 119.62 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 10.68 g;	Wartość energetyczna: 2240.50 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 70.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 304.21 g; W tym cukry: 97.99 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 1992.35 kcal; Białko ogółem: 57.97 g; Tłuszcz: 56.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 325.22 g; W tym cukry: 126.52 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 2.70 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	
2024-04-08 poniedziałek	Śniadanie	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ</b> )			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
	Obiad	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Dyńa duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos jarzynowy () 30 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Dyńa duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Placki serniczki 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabiko 1 szt 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Sos jarzynowy () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Surówka Coleslaw () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ</b> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 30 ml ( <b>SEL</b> ) Dyńa z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g			Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Wafle ryżowe 30 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 35 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g ( <b>SEL</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <b>SEL</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 35 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g			Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	
		Wartość energetyczna: 1158.39 kcal; Białko ogółem: 43.34 g; Tłuszcz: 27.21 g; Kw. tł. nasy.: 5.88 g; Węglowodany ogółem: 194.63 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 1934.27 kcal; Białko ogółem: 59.42 g; Tłuszcz: 36.46 g; Kw. tł. nasy.: 7.81 g; Węglowodany ogółem: 353.97 g; W tym cukry: 77.96 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 4.32 g;	Wartość energetyczna: 1929.41 kcal; Białko ogółem: 61.91 g; Tłuszcz: 35.62 g; Kw. tł. nasy.: 8.09 g; Węglowodany ogółem: 351.54 g; W tym cukry: 76.96 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 3041.70 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 115.50 g; Kw. tł. nasy.: 37.21 g; Węglowodany ogółem: 418.42 g; W tym cukry: 124.60 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2115.25 kcal; Białko ogółem: 82.91 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 320.70 g; W tym cukry: 89.18 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 1830.74 kcal; Białko ogółem: 51.62 g; Tłuszcz: 40.91 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; Węglowodany ogółem: 319.87 g; W tym cukry: 100.98 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sól: 2.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	
2024-04-09 wtorek	Śniadanie	Miaks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa tostowa-drobiowa średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 10 g	Maślanka 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	
	Obiad	Miaks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Wielowarzywna z zacierką*() (bez kalafiora) b/mleka 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew oprószana z olejem () 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez jaj) 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew oprószana z olejem () 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() (bez kalafiora) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 30 ml ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Miaks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g		
	Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 1939.83 kcal; Białko ogółem: 54.79 g; Tłuszcz: 33.01 g; Kw. tł. nasy.: 7.96 g; Węglowodany ogółem: 366.33 g; W tym cukry: 92.99 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 5.43 g;	Wartość energetyczna: 1943.57 kcal; Białko ogółem: 53.04 g; Tłuszcz: 32.46 g; Kw. tł. nasy.: 8.09 g; Węglowodany ogółem: 370.20 g; W tym cukry: 93.37 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 4.22 g;	Wartość energetyczna: 3117.36 kcal; Białko ogółem: 119.44 g; Tłuszcz: 87.36 g; Kw. tł. nasy.: 37.64 g; Węglowodany ogółem: 479.86 g; W tym cukry: 74.00 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 11.11 g;	Wartość energetyczna: 2111.89 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 56.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.75 g; Węglowodany ogółem: 319.35 g; W tym cukry: 95.89 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 1844.10 kcal; Białko ogółem: 67.42 g; Tłuszcz: 46.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 296.91 g; W tym cukry: 67.86 g; Błonnik pok.: 20.80 g; Sól: 2.22 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoaergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	
2024-04-10 środa	Śniadanie	Miaks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU OW</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Mięks warzyw na diecie podstawowa 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Mięks warzyw na diecie podstawowa 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE</b> )		
	Obiad	Miaks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos jarzynowy () 30 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR</b> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ</b> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml ( <b>SEL</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle ryżowe 30 g	Banan 1szt. 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
	Kolejacja	Miaks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE</b> ) Jabiko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE</b> ) Jabiko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE</b> ) Jabiko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Dżem 25 g 1 szt		Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 2036.06 kcal; Białko ogółem: 56.60 g; Tłuszcz: 31.24 g; Kw. tł. nasy.: 8.70 g; Węglowodany ogółem: 393.07 g; W tym cukry: 85.40 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 1870.84 kcal; Białko ogółem: 55.93 g; Tłuszcz: 30.74 g; Kw. tł. nasy.: 8.35 g; Węglowodany ogółem: 351.57 g; W tym cukry: 75.42 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 3302.41 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 84.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 534.49 g; W tym cukry: 161.85 g; Błonnik pok.: 38.53 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2581.62 kcal; Białko ogółem: 91.76 g; Tłuszcz: 66.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.51 g; Węglowodany ogółem: 415.69 g; W tym cukry: 121.48 g; Błonnik pok.: 40.41 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2046.11 kcal; Białko ogółem: 67.06 g; Tłuszcz: 44.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 354.96 g; W tym cukry: 124.53 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 2.34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAŁ- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Hipoaergiczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Wysokoenergetyczna	BIAŁ- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	
2024-04-11 czwartek	Śniadanie	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenno-żytnia z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g	Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Obiad	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy b/jaj 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <u>GLU PSZ</u> )		Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolejca	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ</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 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU JECZ</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 1195.99 kcal; Białko ogółem: 44.84 g; Tłuszcz: 27.53 g; Kw. tł. nasy.: 5.67 g; Węglowodany ogółem: 201.94 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 0.47 g;	Wartość energetyczna: 1847.88 kcal; Białko ogółem: 52.59 g; Tłuszcz: 31.48 g; Kw. tł. nasy.: 7.67 g; Węglowodany ogółem: 348.64 g; W tym cukry: 78.04 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 1879.55 kcal; Białko ogółem: 57.26 g; Tłuszcz: 32.92 g; Kw. tł. nasy.: 8.11 g; Węglowodany ogółem: 348.97 g; W tym cukry: 78.81 g; Błonnik pok.: 22.89 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2863.02 kcal; Białko ogółem: 112.19 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 447.71 g; W tym cukry: 99.63 g; Błonnik pok.: 36.50 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2339.86 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 65.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 355.93 g; W tym cukry: 69.30 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 1767.21 kcal; Białko ogółem: 59.72 g; Tłuszcz: 44.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 289.78 g; W tym cukry: 71.00 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 2.49 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAŁ- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Hipoaergiczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Wysokoenergetyczna	BIAŁ- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	
2024-04-12 piątek	Śniadanie	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z białek z natką pietruszki 70 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj 35 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Mus z jabłek ( ) b/c 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Melon 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Melon 200 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml
	Obiad	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Krupnik jęczmienny (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet drobiowy b/jaj 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Warzywa po grecku ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet drobiowy b/jaj 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Eskalopka z dorsza 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE,</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 100 g Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 100 g Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g ( <u>JAJ,</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mus z jabłek ( ) b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Galaretką o smaku pomarańczowym 150 g	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt		Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL,</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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatką wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <u>MLE,</u> ) Powidła śliwkowe 50 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE,</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Serek a'la homogenizowany 35 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1195.99 kcal; Białko ogółem: 44.84 g; Tłuszcz: 27.53 g; Kw. tł. nasy.: 5.67 g; Węglowodany ogółem: 201.94 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 0.47 g;	Wartość energetyczna: 1827.37 kcal; Białko ogółem: 51.83 g; Tłuszcz: 34.37 g; Kw. tł. nasy.: 8.18 g; Węglowodany ogółem: 341.50 g; W tym cukry: 88.41 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 1760.05 kcal; Białko ogółem: 62.60 g; Tłuszcz: 37.36 g; Kw. tł. nasy.: 8.93 g; Węglowodany ogółem: 308.46 g; W tym cukry: 70.88 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 3068.50 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 89.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 473.31 g; W tym cukry: 149.87 g; Błonnik pok.: 39.63 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2447.84 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 65.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 380.35 g; W tym cukry: 126.14 g; Błonnik pok.: 39.13 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 1862.60 kcal; Białko ogółem: 54.26 g; Tłuszcz: 49.84 g; Kw. tł. nasy.: 20.46 g; Węglowodany ogółem: 306.60 g; W tym cukry: 119.83 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sól: 2.52 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAŁ- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Wysokoenergetyczna	BIAŁ- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona
2024-04-13 sobota	Śniadanie	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU OW,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 50 g Ketchup 15g saszelka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <b>może zawierać: GLU,PSZ, MLE, GOR,</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ,</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Obiad	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik drobiowy z udźca (b/jaj) 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Sos jarzynowy () 30 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sytko (paraboliczny) 180 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sytko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ,</b> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 30 ml ( <b>SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mus z jabłek () b/c 150 g	Chrupki kukurydziane 20 g		Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE,</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g
Kolejacja	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g ( <b>SEL,</b> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> )
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Chalka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Wafle ryżowe 30 g
<p>Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1944.74 kcal; Białko ogółem: 74.49 g; Tłuszcz: 35.44 g; Kw. tł. nasy.: 8.95 g; Węglowodany ogółem: 346.15 g; W tym cukry: 79.68 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 4.90 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1878.09 kcal; Białko ogółem: 57.37 g; Tłuszcz: 31.36 g; Kw. tł. nasy.: 7.62 g; Węglowodany ogółem: 355.87 g; W tym cukry: 94.23 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 3.72 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 3187.05 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 89.66 g; Kw. tł. nasy.: 39.09 g; Węglowodany ogółem: 504.27 g; W tym cukry: 115.72 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 10.03 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2296.43 kcal; Białko ogółem: 91.42 g; Tłuszcz: 61.94 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; Węglowodany ogółem: 361.34 g; W tym cukry: 77.64 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 6.49 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1905.93 kcal; Białko ogółem: 58.18 g; Tłuszcz: 45.80 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 323.79 g; W tym cukry: 112.80 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 2.14 g;</p>						



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAŁ- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Wysokoenergetyczna	BIAŁ- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona
Śniadanie	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <u>SEL, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU, JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 150 g	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Sałata zielona 10 g
Obiad	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet schabowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos własny (bez glutenu) 30 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mus z jabłek () b/c 150 g	Banan 1szt. 1 szt Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g	
Kolejacja	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</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 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany z ziołami 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 35 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 2114.35 kcal; Białko ogółem: 57.96 g; Tłuszcz: 30.30 g; Kw. tł. nasy.: 8.44 g; Węglowodany ogółem: 417.44 g; W tym cukry: 147.84 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 1838.42 kcal; Białko ogółem: 59.36 g; Tłuszcz: 29.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.16 g; Węglowodany ogółem: 346.73 g; W tym cukry: 93.64 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 3.68 g;	Wartość energetyczna: 3227.38 kcal; Białko ogółem: 118.52 g; Tłuszcz: 92.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 494.67 g; W tym cukry: 107.81 g; Błonnik pok.: 35.43 g; Sól: 10.46 g;	Wartość energetyczna: 2198.30 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.47 g; Węglowodany ogółem: 330.33 g; W tym cukry: 63.15 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 1897.76 kcal; Białko ogółem: 56.00 g; Tłuszcz: 41.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 334.15 g; W tym cukry: 113.69 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 1.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurczak 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )		
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Solferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g		
	Kolejca	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )		
	Wartość energetyczna: 2293.05 kcal; Białko ogółem: 69.74 g; Tłuszcz: 53.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; Węglowodany ogółem: 400.00 g; W tym cukry: 113.80 g; Błonnik pok.: 33.75 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2351.40 kcal; Białko ogółem: 73.37 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 409.04 g; W tym cukry: 115.04 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 367.21 kcal; Białko ogółem: 8.82 g; Tłuszcz: 2.36 g; Kw. tł. nasy.: 0.37 g; Węglowodany ogółem: 81.43 g; W tym cukry: 16.65 g; Błonnik pok.: 7.57 g; Sól: 1.34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-03 środa	Śniadanie	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	
	II SN	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml ( <u>MLE</u> )		
	Obiad	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki oprószone () 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	
	Kolacja	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1859.63 kcal; Białko ogółem: 60.03 g; Tłuszcz: 44.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; Węglowodany ogółem: 310.96 g; W tym cukry: 85.22 g; Błonnik pok.: 22.97 g; Sól: 3.98 g;	Wartość energetyczna: 2176.71 kcal; Białko ogółem: 72.15 g; Tłuszcz: 51.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 371.51 g; W tym cukry: 102.25 g; Błonnik pok.: 21.12 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 283.49 kcal; Białko ogółem: 6.36 g; Tłuszcz: 1.14 g; Kw. tł. nasy.: 0.22 g; Węglowodany ogółem: 64.43 g; W tym cukry: 13.06 g; Błonnik pok.: 5.32 g; Sól: 1.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-04 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</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. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		
	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Kolejca	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )		
		Wartość energetyczna: 2397.75 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 410.77 g; W tym cukry: 155.42 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2210.75 kcal; Białko ogółem: 63.05 g; Tłuszcz: 47.55 g; Kw. tł. nasy.: 18.72 g; Węglowodany ogółem: 397.40 g; W tym cukry: 144.07 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 458.53 kcal; Białko ogółem: 10.67 g; Tłuszcz: 3.93 g; Kw. tł. nasy.: 1.20 g; Węglowodany ogółem: 105.96 g; W tym cukry: 23.23 g; Błonnik pok.: 8.19 g; Sól: 1.49 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-05 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 35 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 35 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokuła * 20 g	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> )	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> )	Galaretka o smaku brzoskwiowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	
		Wartość energetyczna: 2098.91 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 331.87 g; W tym cukry: 113.23 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 1885.86 kcal; Białko ogółem: 68.21 g; Tłuszcz: 43.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 324.44 g; W tym cukry: 134.01 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 335.93 kcal; Białko ogółem: 9.22 g; Tłuszcz: 2.64 g; Kw. tł. nasy.: 0.43 g; Węglowodany ogółem: 71.68 g; W tym cukry: 16.57 g; Błonnik pok.: 5.98 g; Sól: 1.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-06 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	
	II ŚN	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )		
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )	
	Kolacja	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓZ</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )		
		Wartość energetyczna: 2253.29 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 53.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 374.21 g; W tym cukry: 123.73 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 5.52 g;	Wartość energetyczna: 2096.76 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 47.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 358.21 g; W tym cukry: 110.23 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 467.89 kcal; Białko ogółem: 15.13 g; Tłuszcz: 5.88 g; Kw. tł. nasy.: 0.57 g; Węglowodany ogółem: 94.65 g; W tym cukry: 14.27 g; Błonnik pok.: 12.18 g; Sól: 1.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	
	II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Banan 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )		
	Kolejca	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 35 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 35 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
		Wartość energetyczna: 2445.92 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.63 g; Węglowodany ogółem: 371.41 g; W tym cukry: 122.59 g; Błonnik pok.: 17.65 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2116.67 kcal; Białko ogółem: 75.18 g; Tłuszcz: 47.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.68 g; Węglowodany ogółem: 356.37 g; W tym cukry: 123.40 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sól: 5.06 g;	Wartość energetyczna: 340.43 kcal; Białko ogółem: 12.36 g; Tłuszcz: 4.47 g; Kw. tł. nasy.: 1.23 g; Węglowodany ogółem: 65.37 g; W tym cukry: 13.38 g; Błonnik pok.: 5.73 g; Sól: 1.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-08 poniedziałek	Śniadanie	Makaron na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Dymia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )		
	Kolacja	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 35 g ( <b>SEL</b> )		
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	
		Wartość energetyczna: 2362.64 kcal; Białko ogółem: 82.13 g; Tłuszcz: 57.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 391.24 g; W tym cukry: 117.96 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2221.59 kcal; Białko ogółem: 72.83 g; Tłuszcz: 51.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 378.79 g; W tym cukry: 104.60 g; Błonnik pok.: 23.93 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 375.53 kcal; Białko ogółem: 10.25 g; Tłuszcz: 2.26 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 83.15 g; W tym cukry: 19.55 g; Błonnik pok.: 9.35 g; Sól: 1.62 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-09 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g	
	Obiad	Wielowarzywna z zacierką* ( ) (bez kalafiora) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Kolacja	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )		
		Wartość energetyczna: 2294.61 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 57.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 370.01 g; W tym cukry: 66.75 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2101.85 kcal; Białko ogółem: 67.52 g; Tłuszcz: 46.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 366.07 g; W tym cukry: 79.42 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 5.17 g;	Wartość energetyczna: 382.76 kcal; Białko ogółem: 8.95 g; Tłuszcz: 3.14 g; Kw. tł. nasy.: 0.48 g; Węglowodany ogółem: 83.85 g; W tym cukry: 28.65 g; Błonnik pok.: 8.91 g; Sól: 1.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-10 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</b> )	
	II ŚN	Koktajl wielooowocowy* 200 ml ( <b>MLE</b> )		
	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Kapuśniak z kapusty kiszonej ()* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Maślanka 200 ml ( <b>MLE</b> ) Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Banan 1szt. 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	
	Kolejca	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2378.05 kcal; Białko ogółem: 98.20 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 383.31 g; W tym cukry: 131.76 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2188.00 kcal; Białko ogółem: 77.10 g; Tłuszcz: 46.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 380.31 g; W tym cukry: 122.86 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sól: 5.21 g;	Wartość energetyczna: 404.57 kcal; Białko ogółem: 8.84 g; Tłuszcz: 9.20 g; Kw. tł. nasy.: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 75.30 g; W tym cukry: 13.89 g; Błonnik pok.: 7.55 g; Sól: 1.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-11 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	
	II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Klopsik wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Ogórkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
	Kolejca	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )		
		Wartość energetyczna: 2471.06 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 410.72 g; W tym cukry: 103.61 g; Błonnik pok.: 17.18 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2330.01 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 54.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 398.27 g; W tym cukry: 90.25 g; Błonnik pok.: 18.00 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 404.25 kcal; Białko ogółem: 9.27 g; Tłuszcz: 2.65 g; Kw. tł. nasy.: 0.38 g; Węglowodany ogółem: 89.97 g; W tym cukry: 13.85 g; Błonnik pok.: 8.42 g; Sól: 1.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-12 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 35 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 35 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Obiad	Krupnik jęczmienny ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Kolacja	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</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 35 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</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 35 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2178.42 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 57.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 350.78 g; W tym cukry: 105.56 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2006.33 kcal; Białko ogółem: 58.74 g; Tłuszcz: 44.77 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 356.55 g; W tym cukry: 120.44 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 4.04 g;	Wartość energetyczna: 294.43 kcal; Białko ogółem: 6.37 g; Tłuszcz: 2.42 g; Kw. tł. nasy.: 0.38 g; Węglowodany ogółem: 64.78 g; W tym cukry: 13.59 g; Błonnik pok.: 6.29 g; Sól: 1.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-13 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczak 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE</b> )		
	Kolacja	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> )		
	PN	Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )		
		Wartość energetyczna: 2559.20 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 400.05 g; W tym cukry: 123.80 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2334.12 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 388.00 g; W tym cukry: 110.44 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 360.17 kcal; Białko ogółem: 8.00 g; Tłuszcz: 2.07 g; Kw. tł. nasy.: 0.32 g; Węglowodany ogółem: 81.10 g; W tym cukry: 13.98 g; Błonnik pok.: 7.46 g; Sól: 1.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-14 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Koktajl wielooowocowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Koktajl wielooowocowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Obiad	Dyniowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g	
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</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 o smaku wanilinowym 35 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2289.29 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 398.23 g; W tym cukry: 136.40 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 4.54 g;	Wartość energetyczna: 2142.29 kcal; Białko ogółem: 68.06 g; Tłuszcz: 42.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 385.21 g; W tym cukry: 122.47 g; Błonnik pok.: 27.27 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 321.73 kcal; Białko ogółem: 8.54 g; Tłuszcz: 2.55 g; Kw. tł. nasy.: 0.48 g; Węglowodany ogółem: 68.64 g; W tym cukry: 16.26 g; Błonnik pok.: 6.92 g; Sól: 1.36 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,