

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	
2024-03-18 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 30 g (<u>RYB, SEL</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 30 g (<u>RYB, SEL</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 30 g (<u>RYB, SEL</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
		II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		
	Obiad		Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pierogi leniwe () 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	Brokułowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pierogi leniwe () 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	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pierogi leniwe () 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
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml	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	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 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 żółty 50 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt		
	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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 2633.43 kcal; Białko ogółem: 85.70 g; Tłuszcz: 76.64 g; Kw. tł. nasy.: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 410.89 g; W tym cukry: 182.22 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sól: 5.34 g;	Wartość energetyczna: 2213.14 kcal; Białko ogółem: 67.69 g; Tłuszcz: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 356.10 g; W tym cukry: 171.85 g; Błonnik pok.: 19.54 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 3068.81 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 81.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 500.06 g; W tym cukry: 182.83 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2467.61 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 79.26 g; Kw. tł. nasy.: 38.68 g; Węglowodany ogółem: 366.66 g; W tym cukry: 147.00 g; Błonnik pok.: 31.25 g; Sól: 5.78 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	
2024-03-19 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb żytni staropolski 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni staropolski 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni staropolski 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diete podstawową z sałatą 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurczak 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
		II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	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	Dren II () 350 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g		
	Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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 diete 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 diete 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>) 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 diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 70 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 diete podstawową z sałatą lodową 50 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	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Chalka 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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 2723.49 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz: 93.48 g; Kw. tł. nasy.: 37.16 g; Węglowodany ogółem: 377.06 g; W tym cukry: 104.04 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2318.58 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 338.33 g; W tym cukry: 101.69 g; Błonnik pok.: 19.90 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 3127.89 kcal; Białko ogółem: 111.44 g; Tłuszcz: 95.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 464.18 g; W tym cukry: 105.24 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2462.27 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 71.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 369.29 g; W tym cukry: 109.00 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 6.03 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa
2024-03-20 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bulka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</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>)	Bulka 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bulka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</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>)	Bulka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</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>)
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	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	Dren II () 350 ml	Rosół z makaronem () 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	Rosół z makaronem () 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	Rosół z makaronem () 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	Rosół z makaronem () 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
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren II () 250 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	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb żytni staropolski 65 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 50 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 140 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 razowy 70 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
	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	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	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>)
		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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 2576.17 kcal; Białko ogółem: 86.43 g; Tłuszcz: 90.86 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 364.22 g; W tym cukry: 112.82 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2226.50 kcal; Białko ogółem: 80.35 g; Tłuszcz: 71.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 326.31 g; W tym cukry: 112.60 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 3009.69 kcal; Białko ogółem: 100.37 g; Tłuszcz: 95.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 449.79 g; W tym cukry: 116.84 g; Błonnik pok.: 38.89 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2575.21 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 91.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 363.28 g; W tym cukry: 106.03 g; Błonnik pok.: 33.15 g; Sól: 7.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	
2024-03-21 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bulka pszenno- żytnia z ziarnami 70g 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* 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bulka 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 JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bulka pszenno- żytnia z ziarnami 70g 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. 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 JECZ</u>)	Bulka pszenno- żytnia z ziarnami 70g 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>)
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 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
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 250 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	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 50 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 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 70 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
		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt			
	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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 2686.77 kcal; Białko ogółem: 72.59 g; Tłuszcz: 88.26 g; Kw. tł. nasy.: 36.25 g; Węglowodany ogółem: 415.93 g; W tym cukry: 157.42 g; Błonnik pok.: 39.73 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2400.58 kcal; Białko ogółem: 69.72 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 372.07 g; W tym cukry: 156.94 g; Błonnik pok.: 31.34 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 3124.85 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 92.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 500.38 g; W tym cukry: 157.42 g; Błonnik pok.: 44.68 g; Sól: 10.30 g;	Wartość energetyczna: 2666.13 kcal; Białko ogółem: 78.90 g; Tłuszcz: 83.41 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 416.15 g; W tym cukry: 162.70 g; Błonnik pok.: 40.87 g; Sól: 6.89 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	
2024-03-22 piątek	Sniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni staropolski 65 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	Chleb żytni staropolski 50 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 200 ml (<u>MLE</u>)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni staropolski 140 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 70 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
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)			
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 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	
	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g			
Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bułka pszenno-żytnia 50g 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 pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 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 70 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	
	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	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>)			
	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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 2345.35 kcal; Białko ogółem: 85.60 g; Tłuszcz: 75.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 346.93 g; W tym cukry: 145.97 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 4.78 g;	Wartość energetyczna: 2064.34 kcal; Białko ogółem: 75.38 g; Tłuszcz: 55.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 331.00 g; W tym cukry: 147.25 g; Błonnik pok.: 19.94 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 2963.20 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 81.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 463.74 g; W tym cukry: 153.50 g; Błonnik pok.: 33.13 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2339.04 kcal; Białko ogółem: 99.56 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; W tym cukry: 153.09 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 5.29 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa
2024-03-23 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb żytni razowy 80 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 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 50 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 Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 70 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 Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	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	Dren II () 350 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 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 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
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 250 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	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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, SO2</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>) 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 z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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, SO2</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 70 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, SO2</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 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	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 2397.05 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 77.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 335.71 g; W tym cukry: 84.27 g; Błonnik pok.: 21.60 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2019.08 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 63.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 282.13 g; W tym cukry: 82.78 g; Błonnik pok.: 16.12 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2884.58 kcal; Białko ogółem: 125.29 g; Tłuszcz: 82.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 430.64 g; W tym cukry: 85.15 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sól: 11.25 g;	Wartość energetyczna: 2309.78 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 77.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 321.55 g; W tym cukry: 90.10 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 7.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	
2024-03-24 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bulka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bulka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bulka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 40 g 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	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	Dren II () 350 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Colesław () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50 g Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka Colesław () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Colesław () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 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 Colesław () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren II () 250 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		
	Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<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 cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 70 g (<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 50 g Herbata czarna granulowana 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	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Podpiomyki 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>) Podpiomyki b/c 20 g (<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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 2429.29 kcal; Białko ogółem: 102.32 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 346.23 g; W tym cukry: 139.59 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 1867.23 kcal; Białko ogółem: 68.13 g; Tłuszcz: 49.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 297.95 g; W tym cukry: 137.65 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2771.17 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 80.20 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 408.92 g; W tym cukry: 140.62 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2438.62 kcal; Białko ogółem: 104.65 g; Tłuszcz: 76.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 341.98 g; W tym cukry: 139.03 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 6.22 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa
2024-03-25 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL)	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE)	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (GLU PSZ, MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)			
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Placki serniczki 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Placki serniczki 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Placki serniczki 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Mandarynka 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ)			
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (SEL) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (SEL) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (SEL) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (SEL) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 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	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE)			
		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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 2934.78 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 123.41 g; Kw. tł. nasy.: 40.17 g; Węglowodany ogółem: 368.23 g; W tym cukry: 137.87 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 2222.29 kcal; Białko ogółem: 71.42 g; Tłuszcz: 77.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 318.71 g; W tym cukry: 120.40 g; Błonnik pok.: 17.54 g; Sól: 4.68 g;	Wartość energetyczna: 3373.28 kcal; Białko ogółem: 110.71 g; Tłuszcz: 125.85 g; Kw. tł. nasy.: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 463.27 g; W tym cukry: 139.73 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2256.70 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz: 69.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 336.76 g; W tym cukry: 98.51 g; Błonnik pok.: 31.62 g; Sól: 5.55 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	
2024-03-26 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (<u>MLE</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. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</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 mieszany pszenno-żytni 140 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 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 70 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 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	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	Dren II () 350 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>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g 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	
PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Banan 1szt. 1 szt				
Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 50 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	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 2520.91 kcal; Białko ogółem: 94.03 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 391.49 g; W tym cukry: 106.45 g; Błonnik pok.: 29.63 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 2057.58 kcal; Białko ogółem: 77.42 g; Tłuszcz: 51.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 331.83 g; W tym cukry: 102.92 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 5.52 g;	Wartość energetyczna: 3021.48 kcal; Białko ogółem: 113.34 g; Tłuszcz: 74.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 487.85 g; W tym cukry: 106.63 g; Błonnik pok.: 35.52 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2488.26 kcal; Białko ogółem: 98.30 g; Tłuszcz: 70.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 377.46 g; W tym cukry: 110.73 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 6.48 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa
2024-03-27 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g 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% 10g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni razowy 70g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle tortowe 30g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)			
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Kasza kuskus/sypko 180g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 120g (<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 100g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 120g (<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 220g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 120g (<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 180g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100g (<u>SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<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	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb żytni razowy 70g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 140g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 70g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 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	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Dżem 25g 1 szt			
		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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 2466.56 kcal; Białko ogółem: 82.84 g; Tłuszcz: 76.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 364.91 g; W tym cukry: 92.11 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2047.30 kcal; Białko ogółem: 65.77 g; Tłuszcz: 60.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 313.96 g; W tym cukry: 90.85 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 2967.84 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 80.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 469.71 g; W tym cukry: 93.26 g; Błonnik pok.: 32.85 g; Sól: 9.14 g;	Wartość energetyczna: 2480.67 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 373.02 g; W tym cukry: 116.54 g; Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 6.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	
2024-03-28 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bułka pszenno- żytnia z ziarnami 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Sałatka meksykańska z fasolą* 150g (<u>SEL</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</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% 10g (<u>MLE</u>) Sałatka meksykańska z fasolą* 150g (<u>SEL</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenno- żytnia z ziarnami 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Sałatka meksykańska z fasolą* 150g (<u>SEL</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenno- żytnia z ziarnami 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Sałatka meksykańska z fasolą* 150g (<u>SEL</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
		II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chałka 50g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Chałka 50g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad		Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 120g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 100g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp () 100g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 120g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp () 200g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 120g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200g (<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	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g 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 90g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 70g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g 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	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Wafle ryżowe 30g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30g	Wafle ryżowe 30g 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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 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: 3359.06 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 98.25 g; Kw. tł. nasy.: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 517.48 g; W tym cukry: 90.73 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2656.36 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 89.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 377.27 g; W tym cukry: 86.44 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 7.33 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	
2024-03-29 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni staropolski 65 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 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni staropolski 50 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 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni staropolski 140 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 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 70 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 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Melon 200 g		
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 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 () 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>GLU PSZ, 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>GLU PSZ, 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>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		Koktajl truskawkowy* 250 ml (<u>MLE</u>) 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	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 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>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Powidła śliwkowe 30 g Serek a'la homogenizowany 30 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>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Powidła śliwkowe 40 g Serek a'la homogenizowany 40 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, 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
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	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>)	
		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: 1981.46 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 199.03 g; W tym cukry: 33.03 g; Błonnik pok.: 18.87 g; Sól: 1.52 g;	Wartość energetyczna: 2432.79 kcal; Białko ogółem: 75.90 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 369.56 g; W tym cukry: 147.98 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 1967.64 kcal; Białko ogółem: 58.15 g; Tłuszcz: 55.96 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; Węglowodany ogółem: 316.01 g; W tym cukry: 139.41 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 5.01 g;	Wartość energetyczna: 2978.46 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 83.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 474.61 g; W tym cukry: 154.39 g; Błonnik pok.: 36.51 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 2401.28 kcal; Białko ogółem: 78.02 g; Tłuszcz: 76.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 362.22 g; W tym cukry: 152.34 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sól: 5.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	
2024-03-30 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</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>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30 g (<u>RYB, SEL</u>) Ser żółty 30 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 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>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30 g (<u>RYB, SEL</u>) Ser żółty 30 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 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	Dren II () 350 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz z jabłkami 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>)				
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 60 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 60 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Bułka graham-pszenna 70g 2 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 60 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 60 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	
	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	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 2542.16 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz: 65.82 g; Kw. tł. nasy.: 36.10 g; Węglowodany ogółem: 416.52 g; W tym cukry: 119.56 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 2298.34 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 56.29 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 378.95 g; W tym cukry: 118.71 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sól: 4.54 g;	Wartość energetyczna: 2958.96 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 68.36 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 505.11 g; W tym cukry: 122.35 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2461.06 kcal; Białko ogółem: 83.38 g; Tłuszcz: 69.34 g; Kw. tł. nasy.: 39.71 g; Węglowodany ogółem: 387.95 g; W tym cukry: 116.84 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 4.65 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa
2024-03-31 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb żytni staropolski 65 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 diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>)	Chleb żytni staropolski 50 g (<u>GLU PSZ, 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 diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>)	Chleb żytni staropolski 140 g (<u>GLU PSZ, 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 diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>)	Chleb żytni razowy 70 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 diecie podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Koktajl wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Koktajl wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl wielooowocowy* 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	Dren II () 350 ml	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>) Żurek z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>) Żurek z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT</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>) Surówka wielowarzywna z olejem () 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>) Żurek z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>) Żurek z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT</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>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 250 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	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	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 diecie 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 diecie 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 diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 70 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 diecie podstawową 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	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 2782.55 kcal; Białko ogółem: 96.43 g; Tłuszcz: 84.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 419.98 g; W tym cukry: 160.53 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2294.61 kcal; Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 363.94 g; W tym cukry: 156.72 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 3039.42 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 87.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 468.34 g; W tym cukry: 161.90 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2614.68 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 75.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 402.34 g; W tym cukry: 160.55 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 6.25 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Płatki kukurydziane na mleku 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) 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 Surówka Coleslaw () 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50 g Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka Coleslaw () 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw () 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) 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 () 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml		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>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt
	Kolejca	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 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	Chleb żytni razowy 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt			Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	
	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: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 3115.98 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 100.77 g; Kw. tł. nasy.: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 428.07 g; W tym cukry: 158.47 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2533.58 kcal; Białko ogółem: 77.18 g; Tłuszcz: 72.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 381.89 g; W tym cukry: 154.88 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 3607.18 kcal; Białko ogółem: 127.61 g; Tłuszcz: 106.24 g; Kw. tł. nasy.: 45.31 g; Węglowodany ogółem: 529.15 g; W tym cukry: 159.26 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 3079.28 kcal; Białko ogółem: 117.39 g; Tłuszcz: 102.47 g; Kw. tł. nasy.: 44.66 g; Węglowodany ogółem: 410.12 g; W tym cukry: 157.77 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 6.43 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-03-18 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 15 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, 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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		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 Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe () 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	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe () 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		Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe () 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	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>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	Brokułowa z ryżem (bez soli) () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe () 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
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt	Wafle ryżowe 30 g 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
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 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>) Serek a'la homogenizowany 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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE,</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej (bez soli) 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 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	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2470.04 kcal; Białko ogółem: 79.70 g; Tłuszcz: 57.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 418.06 g; W tym cukry: 183.78 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 3.87 g;	Wartość energetyczna: 2358.84 kcal; Białko ogółem: 83.02 g; Tłuszcz: 34.46 g; Kw. tł. nasy.: 11.77 g; Węglowodany ogółem: 439.22 g; W tym cukry: 188.81 g; Błonnik pok.: 18.51 g; Sól: 3.80 g;	Wartość energetyczna: 2263.24 kcal; Białko ogółem: 77.35 g; Tłuszcz: 56.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 368.92 g; W tym cukry: 120.23 g; Błonnik pok.: 13.92 g; Sól: 3.73 g;	Wartość energetyczna: 2353.90 kcal; Białko ogółem: 81.87 g; Tłuszcz: 60.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.02 g; Węglowodany ogółem: 379.58 g; W tym cukry: 156.30 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2132.32 kcal; Białko ogółem: 39.82 g; Tłuszcz: 40.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.22 g; Węglowodany ogółem: 411.86 g; W tym cukry: 138.81 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2427.62 kcal; Białko ogółem: 73.55 g; Tłuszcz: 58.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 408.80 g; W tym cukry: 181.13 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 3.85 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 JEJCZ.</u>)	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 JEJCZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 JEJCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 15 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 80 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 JEJCZ.</u>)
II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	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	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 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
Obiad	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z warzywami* (pełnoziarnisty) 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty (bez soli) 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej (bez soli) 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy *(bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () (bez soli) 120 g 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	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	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
Kolejka	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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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	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 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	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 kiełbasa 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
PN	Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)					
	Wartość energetyczna: 2655.76 kcal; Białko ogółem: 98.39 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.61 g; Węglowodany ogółem: 408.87 g; W tym cukry: 110.14 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2383.38 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 44.68 g; Kw. tł. nasy.: 8.53 g; Węglowodany ogółem: 417.60 g; W tym cukry: 98.26 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 2654.15 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 410.69 g; W tym cukry: 105.32 g; Błonnik pok.: 15.71 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2798.93 kcal; Białko ogółem: 108.30 g; Tłuszcz: 79.24 g; Kw. tł. nasy.: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 422.28 g; W tym cukry: 119.55 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2266.06 kcal; Białko ogółem: 51.20 g; Tłuszcz: 47.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.80 g; Węglowodany ogółem: 420.76 g; W tym cukry: 95.42 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 2602.44 kcal; Białko ogółem: 93.87 g; Tłuszcz: 75.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 397.79 g; W tym cukry: 115.01 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 3.87 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
2024-03-20 środa	Śniadanie	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 dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek homo. naturalny 60 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>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kasza jaglana na mleku 350 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 dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyunkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osi.niejad 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>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>) Sałatka meksykańska z fasolą* (bez soli) 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałatka zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)
	II SN	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE.</u>)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem () 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		Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (<u>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	Rosół z makaronem () 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	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety z brokuła* 90 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	Rosół z makaronem (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony (bez soli) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez soli) () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone (bez soli) () 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Gruszka 1szt. 150 g Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	
	Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: 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>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: 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>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</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>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) 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 (<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>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</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>) 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
	PN	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>)		Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2343.77 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 376.70 g; W tym cukry: 112.87 g; Błonnik pok.: 20.79 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 1994.47 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 27.52 g; Kw. tł. nasy.: 5.52 g; Węglowodany ogółem: 373.28 g; W tym cukry: 111.41 g; Błonnik pok.: 18.31 g; Sól: 5.28 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: 2518.98 kcal; Białko ogółem: 105.13 g; Tłuszcz: 65.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 385.19 g; W tym cukry: 122.57 g; Błonnik pok.: 21.22 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2374.07 kcal; Białko ogółem: 56.21 g; Tłuszcz: 57.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 425.90 g; W tym cukry: 103.11 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2555.66 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 398.79 g; W tym cukry: 113.38 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 4.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-03-21 czwartek	Śniadanie	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>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa z mlekkiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Salatka 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 mlekkiem 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>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa z mlekkiem 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>) Salatka 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>) Salatka jarzynowa* dieta (bez soli) 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa z mlekkiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt	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>)
	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż 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 (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż 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>) Ryż 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>) Ryż 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>) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/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	
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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	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 80 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 50 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 80 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
	PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2551.12 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 71.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 414.65 g; W tym cukry: 159.88 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 5.29 g;	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: 2458.85 kcal; Białko ogółem: 75.30 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 398.53 g; W tym cukry: 142.62 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2933.21 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 465.22 g; W tym cukry: 183.68 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2239.28 kcal; Białko ogółem: 41.81 g; Tłuszcz: 51.74 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 414.05 g; W tym cukry: 141.59 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 2541.18 kcal; Białko ogółem: 71.80 g; Tłuszcz: 71.45 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 415.66 g; W tym cukry: 160.16 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sól: 4.31 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
2024-03-22 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE,) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pasta z białek 70 g (JAJ, MLE,) 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 (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE,) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj 30 g (JAJ, MLE,) 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 (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj (bez soli) 50 g (JAJ, MLE,) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE,)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta z brokuła * 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE,)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g (RYB,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB,) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 40 g (RYB,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez soli) 90 g (RYB,) Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g	Jabłko pieczone 1szt, 1 szt Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g		Koktajl wielooowocowy* 200 ml (MLE,)	Jabłko 1 szt 1 szt Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g	
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Banan 1szt, 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Ryba faszzerowana (dorsz) 40 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) 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 pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 30 g (MLE,) 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 pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,)	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,)	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,)
		Wartość energetyczna: 2425.52 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 62.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 390.68 g; W tym cukry: 180.29 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 5.32 g;	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: 2397.72 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 64.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 379.17 g; W tym cukry: 148.74 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 2248.08 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.10 g; Węglowodany ogółem: 334.02 g; W tym cukry: 104.83 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 1865.52 kcal; Białko ogółem: 54.62 g; Tłuszcz: 42.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 334.58 g; W tym cukry: 134.01 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 4.76 g;	Wartość energetyczna: 2217.63 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 58.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 348.63 g; W tym cukry: 147.08 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 3.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-03-23 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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>)	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 80 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 100 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 80 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>)
	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>)
Obiad	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 () 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	Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>) Melon 100 g	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	Meloni 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>) 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>) 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	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 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: 2297.03 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 346.31 g; W tym cukry: 102.65 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 6.76 g;	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: 2700.91 kcal; Białko ogółem: 109.35 g; Tłuszcz: 77.22 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 411.00 g; W tym cukry: 114.83 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2282.88 kcal; Białko ogółem: 77.89 g; Tłuszcz: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; Węglowodany ogółem: 375.37 g; W tym cukry: 70.15 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2297.34 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 68.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 336.87 g; W tym cukry: 93.86 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sól: 4.40 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-03-24 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 ost.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>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.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 50 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 ost.niejad 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 ost.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 100 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 ost.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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatką 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>)
	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>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Obiad	Grysikowa () 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 Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 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	Grysikowa () 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 () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 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	Grysikowa () 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	Grysikowa (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
	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
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia 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>) 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	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>) 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
	PN	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: 2480.09 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 356.71 g; W tym cukry: 123.49 g; Błonnik pok.: 17.44 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 2368.54 kcal; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 55.92 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 380.30 g; W tym cukry: 130.49 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2269.34 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 75.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 310.41 g; W tym cukry: 103.77 g; Błonnik pok.: 19.48 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2881.76 kcal; Białko ogółem: 126.30 g; Tłuszcz: 95.16 g; Kw. tł. nasy.: 40.12 g; Węglowodany ogółem: 396.82 g; W tym cukry: 124.60 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2204.49 kcal; Białko ogółem: 64.76 g; Tłuszcz: 48.22 g; Kw. tł. nasy.: 20.40 g; Węglowodany ogółem: 391.26 g; W tym cukry: 113.04 g; Błonnik pok.: 37.14 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2642.96 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 87.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 372.78 g; W tym cukry: 137.15 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 4.35 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
2024-03-25 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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 mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 dietę lekkostrawną z mixem sałat 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) 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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) 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
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)				Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	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	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>) Kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml	Ziemniaczana () 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>) 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>) Kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z jabłkami () 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z serem (bez soli) 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki z/c 250 ml
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		
	Kolacja	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 dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (<u>SEL.</u>) 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 (<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>)	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* 100 g (<u>SEL.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g (<u>SEL.</u>) 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 (<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* b/soli 70 g (<u>SEL.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)					
		Wartość energetyczna: 2394.01 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 389.21 g; W tym cukry: 124.32 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sól: 5.17 g;	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: 2287.86 kcal; Białko ogółem: 82.40 g; Tłuszcz: 61.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 364.68 g; W tym cukry: 103.07 g; Błonnik pok.: 16.49 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 2638.27 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 72.43 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 409.35 g; W tym cukry: 124.90 g; Błonnik pok.: 20.17 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2213.50 kcal; Białko ogółem: 48.71 g; Tłuszcz: 45.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 417.67 g; W tym cukry: 108.56 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 5.43 g;	Wartość energetyczna: 2373.97 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.74 g; Węglowodany ogółem: 371.10 g; W tym cukry: 109.77 g; Błonnik pok.: 18.87 g; Sól: 3.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-03-26 wtorek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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	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 80 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 80 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 100 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 80 g (<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 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/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
	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, 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 (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* () (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
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt	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
	Kolejacja	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 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>) Pызdra 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>) Pызdra 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>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na dietę 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>) Pызdra 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
	PN	Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)				Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2411.68 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 66.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 368.15 g; W tym cukry: 79.58 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 6.80 g;	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: 2375.93 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 361.67 g; W tym cukry: 76.32 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2411.68 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 66.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 368.15 g; W tym cukry: 79.58 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2229.40 kcal; Białko ogółem: 55.47 g; Tłuszcz: 48.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 407.34 g; W tym cukry: 92.50 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2329.88 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 360.55 g; W tym cukry: 69.58 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 4.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15g (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (może zawierać: MLE, GOR,) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (może zawierać: MLE, GOR,) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15g (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (może zawierać: MLE, GOR,) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15g (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (może zawierać: MLE, GOR,) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15g (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15g (może zawierać: MLE, GOR,) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15g (MLE,) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 40g (SEL,) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
II ŚN	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE,) Wafle tortowe 30g (GLU PSZ, SOJ,)					
Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ,) Kotlet z jaj 100g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza kuskus/sypko (bez soli) 180g (GLU PSZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez soli) 90g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy (bez soli) () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	Maślanka 200 ml (MLE,) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE,)		Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE,)		
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15g (MLE,) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15g (MLE,) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15g (MLE,) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15g (MLE,) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15g (MLE,) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Dżem 25g 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Dżem 25g 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2545.32 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 404.64 g; W tym cukry: 111.48 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2326.81 kcal; Białko ogółem: 83.60 g; Tłuszcz: 40.19 g; Kw. tł. nasy.: 10.79 g; Węglowodany ogółem: 418.24 g; W tym cukry: 106.74 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 5.65 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: 2692.71 kcal; Białko ogółem: 72.12 g; Tłuszcz: 73.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 440.65 g; W tym cukry: 101.71 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2551.83 kcal; Białko ogółem: 87.04 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 406.28 g; W tym cukry: 112.29 g; Błonnik pok.: 29.27 g; Sól: 4.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
Sniadanie	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 salata lodową 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>) 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 80 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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Suflet miesno-jarzytny () (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>)
II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) 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>)
Obiad	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 () 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 (bez soli)* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/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>)
Kolejacja	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 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa 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 kiełbasa 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 kiełbasa 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 kiełbasa 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
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: 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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-03-29 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u> <u>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 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> ,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> ,) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE,</u> <u>SEL, GOR</u> ,) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u> <u>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 80 g (<u>GLU</u> <u>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 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>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 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 80 g (<u>GLU</u> <u>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 dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Melon 200 g	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</u> <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g	Melon 200 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u> <u>GLU, JECZ</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU, PSZ, JAJ,</u> <u>RYB</u> ,) Warzywa po grecku () 120 g (<u>GLU, PSZ,</u> <u>SEL</u> ,) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u> <u>GLU, JECZ</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU, PSZ, JAJ,</u> <u>RYB, może zawierać: GLU, PSZ, SKO, JAJ,</u> <u>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> ,) Warzywa po grecku () 120 g (<u>GLU, PSZ,</u> <u>SEL</u> ,) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u> <u>GLU, JECZ</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU, PSZ, JAJ,</u> <u>RYB, może zawierać: GLU, PSZ, SKO, JAJ,</u> <u>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> ,) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU, PSZ,</u> <u>SEL</u> ,) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u> <u>GLU, JECZ</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU, PSZ, JAJ,</u> <u>RYB, może zawierać: GLU, PSZ, SKO, JAJ,</u> <u>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> ,) Warzywa po grecku () 120 g (<u>GLU, PSZ,</u> <u>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,</u> <u>RYB, może zawierać: GLU, PSZ, SKO, JAJ,</u> <u>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> ,) Warzywa po grecku () 120 g (<u>GLU, PSZ,</u> <u>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</u> <u>PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU, PSZ,</u> <u>SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u> <u>MCK</u> ,) Warzywa po grecku (bez soli) () 120 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, SEL</u> ,) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u> ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Galaretko 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	Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl truskawkowy* 250 ml (<u>MLE</u> ,) Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, ŻYT</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 dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> ,) Serek a'la homogenizowany 40 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>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 dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> ,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> ,) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU</u> <u>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 dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU, PSZ, MLE</u> ,) 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> ,)		
	Wartość energetyczna: 2418.80 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 63.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 395.32 g; W tym cukry: 155.02 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 5.67 g;	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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-03-30 sobota	Śniadanie	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 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>) Serek homo. naturalny 60 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>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Serek homo. naturalny 60 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 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>) Pasta z brokuła * 60 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>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/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 (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet rybno-warzywny* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet rybno-warzywny* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż z jabłkami 300 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>)		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>)	
	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek na sódzko 60 g (<u>MLE,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Twarożek na sódzko 60 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 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek na sódzko 60 g (<u>MLE,</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek na sódzko 60 g (<u>MLE,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL,</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek na sódzko 60 g (<u>MLE,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>)	
	PN	Chąłka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)					Chąłka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chąłka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2557.26 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 31.91 g; Węglowodany ogółem: 426.17 g; W tym cukry: 123.22 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 4.38 g;	Wartość energetyczna: 2158.07 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 34.76 g; Kw. tł. nasy.: 8.21 g; Węglowodany ogółem: 393.15 g; W tym cukry: 100.23 g; Błonnik pok.: 20.87 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2302.76 kcal; Białko ogółem: 77.05 g; Tłuszcz: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 379.53 g; W tym cukry: 101.99 g; Błonnik pok.: 15.85 g; Sól: 3.65 g;	Wartość energetyczna: 2722.20 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 71.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 430.09 g; W tym cukry: 124.18 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2236.46 kcal; Białko ogółem: 46.78 g; Tłuszcz: 49.21 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 416.92 g; W tym cukry: 81.67 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 2557.26 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 31.91 g; Węglowodany ogółem: 426.17 g; W tym cukry: 123.22 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 3.95 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-03-31 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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	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 Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)
	II ŚN	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 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% 5g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>) Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, 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>)	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>) Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>) Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Marchew gotowana z olejem () 10 000 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>) Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>) Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>) Ziemniaczana (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy (bez soli) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny (bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Banan 1szt. 1 szt Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g	Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g Banan 1szt. 1 szt	Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g Banan 1szt. 1 szt	
Kolejca	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 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>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</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>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</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>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na dietę 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 o smaku wanilinowym 30 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)						
	Wartość energetyczna: 2718.33 kcal; Białko ogółem: 98.70 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 424.37 g; W tym cukry: 152.23 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2414.65 kcal; Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 45.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.28 g; Węglowodany ogółem: 426.83 g; W tym cukry: 145.11 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 8989.52 kcal; Białko ogółem: 217.63 g; Tłuszcz: 327.37 g; Kw. tł. nasy.: 51.54 g; Węglowodany ogółem: 1564.45 g; W tym cukry: 811.65 g; Błonnik pok.: 515.23 g; Sól: 41.00 g;	Wartość energetyczna: 2823.22 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 89.17 g; Kw. tł. nasy.: 40.83 g; Węglowodany ogółem: 409.53 g; W tym cukry: 127.28 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2484.84 kcal; Białko ogółem: 67.61 g; Tłuszcz: 57.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 437.82 g; W tym cukry: 122.62 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2677.83 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 417.71 g; W tym cukry: 146.23 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 4.02 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ</u> , może zawierać: <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u> , <u>SEL, GOR</u> , Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ</u> , może zawierać: <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u> , <u>SEL, GOR</u> , Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ</u> , może zawierać: <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u> , <u>SEL, GOR</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 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ</u> , może zawierać: <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u> , <u>SEL, GOR</u> , Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 15 g (<u>SOJ</u> , może zawierać: <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u> , <u>SEL, GOR</u> , Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL</u> , <u>GOR</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 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ</u> , może zawierać: <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u> , <u>SEL, GOR</u> , Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU, PSZ, MLE</u> ,)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU, PSZ, MLE</u> ,)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> , Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU, PSZ, MLE</u> ,)	
	Obiad	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u> , Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU, PSZ</u> , <u>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 warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u> , Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU, PSZ</u> , <u>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	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u> , Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU, PSZ</u> , <u>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 () 100 g (<u>SEL</u> , Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u> , Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU, PSZ</u> , <u>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	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u> , Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU, PSZ</u> , <u>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	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ</u> , Rosół z makaronem (bez soli) () 350 ml (<u>GLU</u> , <u>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</u> , <u>MLE</u> , Bukiet jarzyn gotowany z olejem () (bez soli) 200 g (<u>SEL</u> , Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u> , Banan 1szt. 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u> ,)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u> , Banan 1szt. 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u> , Banan 1szt. 1 szt
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Serek a'la homogenizowany 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</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Serek a'la homogenizowany 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 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u> , Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Serek a'la homogenizowany 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 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE</u> , Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Rolada z łopatką wieprzowej (bez soli) 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU, PSZ, MLE</u> , 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		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU, PSZ, MLE</u> , Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2975.61 kcal; Białko ogółem: 117.17 g; Tłuszcz: 79.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 433.67 g; W tym cukry: 151.62 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 2955.88 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 467.63 g; W tym cukry: 170.18 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2535.51 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 76.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 347.93 g; W tym cukry: 81.22 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2966.21 kcal; Białko ogółem: 117.44 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 412.07 g; W tym cukry: 137.03 g; Błonnik pok.: 39.28 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2706.09 kcal; Białko ogółem: 73.87 g; Tłuszcz: 61.90 g; Kw. tł. nasy.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 451.94 g; W tym cukry: 144.73 g; Błonnik pok.: 45.93 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 3039.36 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz: 91.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 433.20 g; W tym cukry: 161.33 g; Błonnik pok.: 39.13 g; Sól: 4.99 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-03-18 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 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 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ryba faszerowana (dorsz) (bez glutenu) 40 g (JAJ, RYB.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 70 g (RYB, SEL.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g		Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy*(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez jaj) 90 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy*(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Sos koperkowy*(bez glutenu) 100 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	
	Kolejca	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z topatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Dżem 25g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Twarożek z ziołami 20 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt
	Wartość energetyczna: 1736.77 kcal; Białko ogółem: 75.71 g; Tłuszcz: 35.59 g; Kw. tł. nasy.: 10.99 g; Węglowodany ogółem: 286.61 g; W tym cukry: 84.41 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 2063.02 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 57.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.80 g; Węglowodany ogółem: 307.29 g; W tym cukry: 33.00 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2171.88 kcal; Białko ogółem: 69.51 g; Tłuszcz: 44.39 g; Kw. tł. nasy.: 11.82 g; Węglowodany ogółem: 388.25 g; W tym cukry: 140.53 g; Błonnik pok.: 36.04 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2186.86 kcal; Białko ogółem: 68.14 g; Tłuszcz: 47.60 g; Kw. tł. nasy.: 12.02 g; Węglowodany ogółem: 385.57 g; W tym cukry: 139.48 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2340.36 kcal; Białko ogółem: 70.70 g; Tłuszcz: 65.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 376.36 g; W tym cukry: 150.06 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 3.35 g;	Wartość energetyczna: 2560.52 kcal; Białko ogółem: 75.10 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 413.57 g; W tym cukry: 192.11 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 5.75 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	
2024-03-19 wtorek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 40 g (SEL.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 65 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek kiszony 50 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.) Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.) 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 (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Solferino () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 90 g (GLU PSZ.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (GLU PSZ.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 80 g (JAJ.) Sos koperkowy *(bez glutenu) 50 ml (MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 230 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Wafle ryżowe 30 g	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ.)		Chrupki kukurydziane 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.) Wafle ryżowe 30 g
	Kolejka	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	
<p>Wartość energetyczna: 1671.54 kcal; Białko ogółem: 78.84 g; Tłuszcz: 40.70 g; Kw. tł. nasy.: 7.24 g; Węglowodany ogółem: 254.58 g; W tym cukry: 49.78 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 5.55 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2322.71 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 65.02 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 345.04 g; W tym cukry: 48.93 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 9.51 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2148.58 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 53.56 g; Kw. tł. nasy.: 12.11 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; W tym cukry: 81.02 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sól: 6.27 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2269.69 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 356.81 g; W tym cukry: 83.98 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 4.50 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1961.67 kcal; Białko ogółem: 61.99 g; Tłuszcz: 61.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 296.89 g; W tym cukry: 85.48 g; Błonnik pok.: 19.90 g; Sól: 1.52 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2618.19 kcal; Białko ogółem: 79.78 g; Tłuszcz: 72.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 420.81 g; W tym cukry: 114.23 g; Błonnik pok.: 32.45 g; Sól: 5.08 g;</p>							

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska
Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g (JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Kakao z makiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 50 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kakao z makiem b/c 250 ml (MLE.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z topatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Rolada z topatki wieprzowej 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z makiem 250 ml (MLE.)	Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (GLU PSZ, SEL.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Sałatka meksykańska z fasolą* 150 g (JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Kakao z makiem 250 ml (MLE.)
	Maślanka 200 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (MLE.)	
Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy z indyka 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 80 g Sos jarzynowy () 30 ml (GLU PSZ.) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu) 80 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 30 ml (SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety z brokuła* 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)	
Kolacja	Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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 (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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 (GLU PSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 1779.39 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 40.86 g; Kw. tł. nasy.: 7.32 g; Węglowodany ogółem: 275.35 g; W tym cukry: 53.93 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2258.64 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 315.29 g; W tym cukry: 50.35 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sól: 10.73 g;	Wartość energetyczna: 2255.90 kcal; Białko ogółem: 75.18 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 366.91 g; W tym cukry: 86.05 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2100.81 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tł. nasy.: 11.90 g; Węglowodany ogółem: 344.46 g; W tym cukry: 85.12 g; Błonnik pok.: 18.82 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 2091.41 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 295.61 g; W tym cukry: 103.50 g; Błonnik pok.: 22.89 g; Sól: 2.39 g;	Wartość energetyczna: 2586.16 kcal; Białko ogółem: 82.41 g; Tłuszcz: 85.50 g; Kw. tł. nasy.: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 389.25 g; W tym cukry: 118.09 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 5.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzywajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-03-21 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.)	Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Pomidor 50 g	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)		
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surowka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surowka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g (JAJ.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie* 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml			
	Kolejca	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 70 g (SEL.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt			
	Wartość energetyczna: 1784.76 kcal; Białko ogółem: 73.13 g; Tłuszcz: 46.55 g; Kw. tł. nasy.: 10.77 g; Węglowodany ogółem: 276.84 g; W tym cukry: 78.61 g; Błonnik pok.: 35.01 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 2523.70 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 79.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 366.02 g; W tym cukry: 58.77 g; Błonnik pok.: 39.68 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2545.28 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw. tł. nasy.: 13.76 g; Węglowodany ogółem: 422.51 g; W tym cukry: 140.68 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2311.49 kcal; Białko ogółem: 74.41 g; Tłuszcz: 57.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.96 g; Węglowodany ogółem: 385.83 g; W tym cukry: 134.93 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 2341.11 kcal; Białko ogółem: 70.66 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 354.98 g; W tym cukry: 149.22 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 3.50 g;	Wartość energetyczna: 2501.63 kcal; Białko ogółem: 58.10 g; Tłuszcz: 77.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 408.21 g; W tym cukry: 161.54 g; Błonnik pok.: 36.86 g; Sól: 6.42 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-03-22 piątek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 65 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj (bez mleka) 70 g (JAJ.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE.) 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 (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (SOJ, MLE.) Pasta z brokuła * 20 g Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE.)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) Brokuł gotowany* 100 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) 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 (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) Surowka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 80 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	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	
	Kolacja	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 40 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkki 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 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) 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 pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 1414.16 kcal; Białko ogółem: 81.97 g; Tłuszcz: 31.22 g; Kw. tł. nasy.: 9.40 g; Węglowodany ogółem: 212.03 g; W tym cukry: 51.07 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2108.84 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 293.08 g; W tym cukry: 34.77 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2057.47 kcal; Białko ogółem: 69.41 g; Tłuszcz: 63.19 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 307.67 g; W tym cukry: 121.60 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 1883.82 kcal; Białko ogółem: 71.08 g; Tłuszcz: 39.81 g; Kw. tł. nasy.: 10.60 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; W tym cukry: 111.95 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sól: 4.60 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: 2399.68 kcal; Białko ogółem: 93.91 g; Tłuszcz: 71.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 362.21 g; W tym cukry: 146.63 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 5.82 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska
2024-03-23 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Hummus 70 g (SEZ.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)
	II ŚN	Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 200 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) 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 (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) 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 (MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Melon 100 g Maślanka 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Melon 100 g Chrupki kukurydziane 20 g		Melon 100 g Maślanka 200 ml (MLE.)	Maślanka 200 ml (MLE.) Melon 100 g
	Kolejacja	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 40 g (SEL.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Pomidor 50 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	
		Wartość energetyczna: 1574.36 kcal; Białko ogółem: 79.40 g; Tłuszcz: 41.34 g; Kw. tł. nasy.: 10.88 g; Węglowodany ogółem: 230.20 g; W tym cukry: 43.44 g; Błonnik pok.: 21.73 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2471.04 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 352.51 g; W tym cukry: 60.85 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2054.72 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tł. nasy.: 13.11 g; Węglowodany ogółem: 329.95 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2105.68 kcal; Białko ogółem: 90.38 g; Tłuszcz: 52.34 g; Kw. tł. nasy.: 13.70 g; Węglowodany ogółem: 331.73 g; W tym cukry: 67.35 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 4.93 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: 2735.30 kcal; Białko ogółem: 104.56 g; Tłuszcz: 91.08 g; Kw. tł. nasy.: 40.10 g; Węglowodany ogółem: 375.64 g; W tym cukry: 85.51 g; Błonnik pok.: 20.73 g; Sól: 6.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-03-24 niedziela	Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w 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 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolała z topatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Rolała z topatki 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 70g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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			
	Obiad	Grysikowa () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez miewka) 100 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Sos koperkowy *(bez miewka) 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (SEL.) 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	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	
	Kolejacja	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasztet z dziczyzny 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 1697.56 kcal; Białko ogółem: 101.23 g; Tłuszcz: 48.53 g; Kw. tł. nasy.: 15.41 g; Węglowodany ogółem: 219.83 g; W tym cukry: 50.20 g; Błonnik pok.: 17.99 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 2322.54 kcal; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 73.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 311.56 g; W tym cukry: 51.25 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2402.49 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 364.49 g; W tym cukry: 112.61 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2136.53 kcal; Białko ogółem: 76.33 g; Tłuszcz: 58.24 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 344.55 g; W tym cukry: 112.42 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 5.18 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: 2223.10 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 52.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 352.73 g; W tym cukry: 124.37 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 4.49 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska
2024-03-25 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)		Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 120 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml (SEL.) Dyńia z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* z/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 (GLU PSZ, JAJ.)
	Kolacja	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (SEL.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (SEL.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (SEL.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (SEL.) 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 (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet wegetariański () 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek kiszony 40 g	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.)		Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 1713.88 kcal; Białko ogółem: 75.11 g; Tłuszcz: 38.66 g; Kw. tł. nasy.: 9.97 g; Węglowodany ogółem: 278.55 g; W tym cukry: 58.31 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 4.73 g;	Wartość energetyczna: 2290.05 kcal; Białko ogółem: 94.31 g; Tłuszcz: 62.36 g; Kw. tł. nasy.: 17.59 g; Węglowodany ogółem: 355.13 g; W tym cukry: 64.51 g; Błonnik pok.: 36.75 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2228.25 kcal; Białko ogółem: 75.73 g; Tłuszcz: 54.01 g; Kw. tł. nasy.: 10.91 g; Węglowodany ogółem: 371.16 g; W tym cukry: 78.90 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2198.82 kcal; Białko ogółem: 80.08 g; Tłuszcz: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 11.39 g; Węglowodany ogółem: 359.30 g; W tym cukry: 74.44 g; Błonnik pok.: 22.21 g; Sól: 4.41 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: 2518.32 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 379.68 g; W tym cukry: 107.04 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 6.22 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-03-26 wtorek	Śniadanie II SN	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 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 Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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 diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g
		Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Budyń o smaku waniliowym z/c (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ</u>)	Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g	
Obiad	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	Wielowarzywna z zacierką*() 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>) 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	Wielowarzywna z zacierką*() (bez kalafiora) b/mleka 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 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	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez jaj) 80 g (<u>GLU PSZ</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	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Pierogi z serem* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) 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	
Kolejacja	Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) 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 (<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>) 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 (<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 diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 50 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 Salata zielona 10 g	Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 1836.59 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 40.74 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 279.79 g; W tym cukry: 72.09 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2102.04 kcal; Białko ogółem: 94.72 g; Tłuszcz: 63.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 303.39 g; W tym cukry: 44.01 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 8.50 g;	Wartość energetyczna: 2213.04 kcal; Białko ogółem: 80.47 g; Tłuszcz: 50.17 g; Kw. tł. nasy.: 11.54 g; Węglowodany ogółem: 373.72 g; W tym cukry: 102.85 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2188.35 kcal; Białko ogółem: 72.05 g; Tłuszcz: 44.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; Węglowodany ogółem: 388.05 g; W tym cukry: 115.61 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sól: 4.78 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: 2631.92 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 422.92 g; W tym cukry: 101.33 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 4.90 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska
Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Ogórek kiszony 50 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.) Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.)
Obiad	Ziemniaczana () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 90 g (GLU PSZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 90 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml (SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ.) Kotlet z jaj 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	Mandarynka 1 szt Maślanka 200 ml (MLE.)	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		Mandarynka 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)
Kolejca	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser topiony 25g 2 szt (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt
PN	Wartość energetyczna: 1589.88 kcal; Białko ogółem: 83.20 g; Tłuszcz: 35.33 g; Kw. tł. nasy.: 10.63 g; Węglowodany ogółem: 240.14 g; W tym cukry: 52.74 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 5.56 g;	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: 2543.94 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz: 71.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 405.98 g; W tym cukry: 126.56 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 2.23 g;	Wartość energetyczna: 2615.18 kcal; Białko ogółem: 78.36 g; Tłuszcz: 82.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 392.38 g; W tym cukry: 94.27 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 5.74 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-03-28 czwartek	II ŚN	<p>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 diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p>	<p>Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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, S02.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p>	<p>Bułka pszenno- żytnia z ziarnami 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</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 Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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</p>	<p>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</p>	<p>Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenno- żytnia z ziarnami 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</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 ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p>
		<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p>	<p>Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g</p>	<p>Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>
PD	Obiad	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 200 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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	
		<p>Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p>	<p>Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p>	
PN	Kolejca	<p>Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml</p>	<p>Chleb żytni razowy 100 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</p>	<p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	
		<p>Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g</p>	
		<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-03-29 piątek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyszta schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba faszerowana (dorsz) 40 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	Melón 200 g	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Melón 200 g		
Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (MLE, SEL, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, GLU ZYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 120 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE.) Warzywa po grecku () 120 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g	Koktajl truskawkowy* 250 ml (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	
Kolejca	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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 Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Roliada z topatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 40 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Serek a'la homogenizowany 40 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 50 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	
	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;	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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska
2024-03-30 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) 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 ŻYT.</u>) 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 (<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 60 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</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 ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pasta z jaj 20 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Pulpet rybno-warzywny* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Surówka wykwiśnięta z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet rybno-warzywny* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g		Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twarożek z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) Twarożek na sładko 60 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek na sładko 60 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g	Wafle ryżowe 30 g		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 1776.62 kcal; Białko ogółem: 79.78 g; Tłuszcz: 38.95 g; Kw. tł. nasy.: 11.03 g; Węglowodany ogółem: 286.59 g; W tym cukry: 75.82 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2141.78 kcal; Białko ogółem: 80.62 g; Tłuszcz: 52.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 352.21 g; W tym cukry: 53.30 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2035.07 kcal; Białko ogółem: 73.03 g; Tłuszcz: 44.13 g; Kw. tł. nasy.: 10.08 g; Węglowodany ogółem: 350.71 g; W tym cukry: 75.00 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2067.02 kcal; Białko ogółem: 81.95 g; Tłuszcz: 44.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.36 g; Węglowodany ogółem: 348.01 g; W tym cukry: 87.17 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 2152.35 kcal; Białko ogółem: 60.09 g; Tłuszcz: 52.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 365.16 g; W tym cukry: 121.03 g; Błonnik pok.: 19.47 g; Sól: 1.49 g;	Wartość energetyczna: 2659.21 kcal; Białko ogółem: 82.60 g; Tłuszcz: 67.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 439.51 g; W tym cukry: 118.25 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 4.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-03-31 niedziela	Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miks warzyw na diete podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)
	II ŚN	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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 wieloowocowy* 200 ml (MLE.)	
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surowka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Żurek z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surowka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 80 g (GLU PSZ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 80 g (JAJ.) Sos własny (bez glutenu) 50 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka piaszkowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.) Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z truskawkami * 200 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Mandarynka 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt Galaretka o smaku pomarańczowym 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	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	
	Kolejacja	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Miks warzyw na diete podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (MLE.) Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 1738.41 kcal; Białko ogółem: 77.59 g; Tłuszcz: 33.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 292.73 g; W tym cukry: 86.64 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 4.98 g;	Wartość energetyczna: 2281.48 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 335.96 g; W tym cukry: 49.56 g; Błonnik pok.: 32.26 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 2360.76 kcal; Białko ogółem: 77.51 g; Tłuszcz: 45.46 g; Kw. tł. nasy.: 12.91 g; Węglowodany ogółem: 426.08 g; W tym cukry: 131.81 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2161.76 kcal; Białko ogółem: 79.00 g; Tłuszcz: 42.21 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; Węglowodany ogółem: 381.09 g; W tym cukry: 99.64 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 2253.21 kcal; Białko ogółem: 76.76 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 359.45 g; W tym cukry: 123.08 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 2.08 g;	Wartość energetyczna: 2723.59 kcal; Białko ogółem: 83.22 g; Tłuszcz: 72.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 441.89 g; W tym cukry: 174.78 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 4.50 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Sernik 40 g (MLE.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g		Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g
Obiad	Rosół z makaronem () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml		Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy*(bez miewka) 100 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Sos koperkowy*(bez miewka) 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (SEL.) 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	Babka cytrynowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	
Kolejacja		Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z topatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Dzem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Twarożek z ziołami 20 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
		Wartość energetyczna: 1904.12 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 53.42 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 264.48 g; W tym cukry: 68.97 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 4.18 g;	Wartość energetyczna: 2298.50 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 76.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 300.38 g; W tym cukry: 24.63 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2585.02 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 74.94 g; Kw. tł. nasy.: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 397.52 g; W tym cukry: 140.44 g; Błonnik pok.: 39.00 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2322.17 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 57.76 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; Węglowodany ogółem: 382.68 g; W tym cukry: 139.33 g; Błonnik pok.: 35.30 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2715.62 kcal; Białko ogółem: 104.56 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kw. tł. nasy.: 32.10 g; Węglowodany ogółem: 396.77 g; W tym cukry: 148.45 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 3.74 g;	Wartość energetyczna: 2809.20 kcal; Białko ogółem: 91.10 g; Tłuszcz: 70.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 433.13 g; W tym cukry: 158.34 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sól: 6.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	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
2024-03-18 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 35 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 35 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) 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 (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Kolejca	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	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 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
		Wartość energetyczna: 524.45 kcal; Białko ogółem: 9.02 g; Tłuszcz: 2.67 g; Kw. tł. nasy.: 0.49 g; Węglowodany ogółem: 119.42 g; W tym cukry: 40.40 g; Błonnik pok.: 7.05 g; Sól: 0.21 g;	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: 1971.69 kcal; Białko ogółem: 68.11 g; Tłuszcz: 30.90 g; Kw. tł. nasy.: 6.21 g; Węglowodany ogółem: 364.73 g; W tym cukry: 45.11 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 3.81 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: 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Półpłynna	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
2024-03-19 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Baton szynkowy z kurcząt 35 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) 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 (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Kolejacja	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) 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 (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/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	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		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;	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: 2011.47 kcal; Białko ogółem: 71.79 g; Tłuszcz: 35.82 g; Kw. tł. nasy.: 5.58 g; Węglowodany ogółem: 359.27 g; W tym cukry: 44.65 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 5.60 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Półpłynna	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
2024-03-20 środa	Śniadanie	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Szynkowa drobowa kiel.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	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
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	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>)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	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>)	
	Kolacja	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW</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	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
	PN	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 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: 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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Półpłynna	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	
2024-03-21 czwartek	Śniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ JAJ SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 35 g (może zawierać: MLE, GOR) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ SOJ MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 80 g (GLU PSZ JAJ) 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 (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ SOJ MLE)	
	Kolejacja	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.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 (GLU PSZ SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	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		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (GLU PSZ SOJ MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ SOJ)
	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;	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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	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
2024-03-22 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) 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 (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) 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 (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Kolacja	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 35 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	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 Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Suchary b/c 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ)
		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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	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
2024-03-23 sobota	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Szynkowa drobowa 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
	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>)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	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>)	
	Kolacja	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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, SOJ</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
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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>)
		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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	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
2024-03-24 niedziela	Śniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Szyngowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.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 Szyngowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.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
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 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>)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	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>)	
	Kolejca	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</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	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
	PN	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 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>)
		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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Półpłynna	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
2024-03-25 poniedziałek	Śniadanie	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLUPSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pulpet drobiowy 90 g (GLUPSZ, JAJ) 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 (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE)	
	Kolacja	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynka od Zduna-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 (GLUPSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (GLUPSZ, SOJ)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (GLUPSZ, SOJ)	
		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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	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
2024-03-26 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</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</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>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</u> : <u>MLE</u> , <u>GOR</u> , Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>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</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> ,)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> ,)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u> , Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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</u> , <u>PSZ</u> , <u>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</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE</u> , Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> ,)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,)	
	Kolacja	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</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</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>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</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , Pyszka 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</u> , <u>PSZ</u> , <u>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</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> ,)	Wafle tortowe 25 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>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</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> ,)
		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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Półpłynna	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
2024-03-27 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 35 g (może zawierać: MLE, GOR) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ) 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 (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Kolejacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Baton szynkowy z kurcząt 35 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	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	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Półpłynna	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
2024-03-28 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLU PSZ SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g (GLU PSZ SOJ MLE SEL może zawierać: JAJ, GOR, SÓZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ SOJ MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 80 g (GLU PSZ JAJ) 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 (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Wafle tortowe 20 g (GLU PSZ SOJ)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ SOJ MLE)	
	Kolejca	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) 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 (GLU PSZ SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	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	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (GLU PSZ SOJ MLE)	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2024-03-29 piątek	2024-03-29 piątek	2024-03-29 piątek	2024-03-29 piątek	2024-03-29 piątek	2024-03-29 piątek
	Śniadanie	II SN	Obiad	PD	Kolacja	PN
	BIAL- DSK Półpłynna	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
	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</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 ZYT</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 ZYT</u>) 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>) 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 ZYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	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>)
	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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
	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	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>)	
	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</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 ZYT</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 ZYT</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.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 () 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 ZYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	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	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: 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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	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
2024-03-30 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Poledwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 35 g (SOJ, MLE) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) 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 (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Kolacja	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		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;	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: 1907.40 kcal; Białko ogółem: 64.01 g; Tłuszcz: 27.71 g; Kw. tł. nasy.: 4.68 g; Węglowodany ogółem: 362.25 g; W tym cukry: 44.49 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 5.28 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Półpłynna	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
2024-03-31 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 55 g (<u>SOJ, 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
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	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>)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	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>)	
	Kolacja	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</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	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
	PN	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	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Półpłynna	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
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 35 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 35 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) 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 (SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) 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 (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Kolejca	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	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	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: 524.45 kcal; Białko ogółem: 9.02 g; Tłuszcz: 2.67 g; Kw. tł. nasy.: 0.49 g; Węglowodany ogółem: 119.42 g; W tym cukry: 40.40 g; Błonnik pok.: 7.05 g; Sól: 0.21 g;	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: 1943.69 kcal; Białko ogółem: 65.87 g; Tłuszcz: 28.82 g; Kw. tł. nasy.: 4.72 g; Węglowodany ogółem: 364.73 g; W tym cukry: 45.11 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 3.87 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: 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.	
2024-03-18 poniedziałek	Śniadanie	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	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 Szyonkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 Filet z indyka 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml
	Obiad	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez jaj) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez jaj) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe () 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	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>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>) Jabłko 1 szt 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt		
	Kolejacja	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Płatki pszenne 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 Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne 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 Rolada z topatki wieprzowej 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 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	Chleb żytni razowy 100 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 z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	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 Kubuś 0,3L 1 szt	
	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;	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: 1910.99 kcal; Białko ogółem: 50.23 g; Tłuszcz: 34.73 g; Kw. tł. nasy.: 8.72 g; Węglowodany ogółem: 364.33 g; W tym cukry: 141.97 g; Błonnik pok.: 36.85 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 1807.72 kcal; Białko ogółem: 48.90 g; Tłuszcz: 35.67 g; Kw. tł. nasy.: 8.62 g; Węglowodany ogółem: 339.46 g; W tym cukry: 120.26 g; Błonnik pok.: 33.25 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 2712.75 kcal; Białko ogółem: 82.70 g; Tłuszcz: 67.71 g; Kw. tł. nasy.: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 453.92 g; W tym cukry: 179.47 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2236.33 kcal; Białko ogółem: 82.19 g; Tłuszcz: 56.80 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 364.23 g; W tym cukry: 127.48 g; Błonnik pok.: 34.77 g; Sól: 5.44 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.
2024-03-19 wtorek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszta 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 (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z topatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb żytni staropolski 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 50 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 JECZ.</u>)
	II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	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	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Solferino (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU, PSZ.</u>) Dyńa duszona z olejem* 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU, PSZ.</u>) Dyńa duszona z olejem* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos koperkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos koperkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU, PSZ, SOJ.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	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	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU, PSZ.</u>)
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 ZYT.</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	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztecik 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 100 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
	PN	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 Chrupki kukurydziane 20 g	Chaika 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>)	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	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;	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: 2008.81 kcal; Białko ogółem: 60.90 g; Tłuszcz: 38.33 g; Kw. tł. nasy.: 9.12 g; Węglowodany ogółem: 365.94 g; W tym cukry: 107.70 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2045.38 kcal; Białko ogółem: 65.10 g; Tłuszcz: 42.34 g; Kw. tł. nasy.: 10.03 g; Węglowodany ogółem: 362.29 g; W tym cukry: 85.91 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 3189.69 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 90.49 g; Kw. tł. nasy.: 36.14 g; Węglowodany ogółem: 486.39 g; W tym cukry: 122.26 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 9.52 g;	Wartość energetyczna: 2388.45 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 61.46 g; Kw. tł. nasy.: 15.56 g; Węglowodany ogółem: 374.11 g; W tym cukry: 84.84 g; Błonnik pok.: 33.10 g; Sól: 7.41 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.
2024-03-20 środa	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ.)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z topatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Salatka meksykańska z fasolą* 150 g (JAJ, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Salatka meksykańska z fasolą* 150 g (JAJ, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)
	II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (MLE.)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ.)	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Filet z indyka gotowany 50 g Sos jarzynowy () 30 ml (GLU PSZ.) Buraczki oprószone () 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kolej mielony drobiowy z indyka 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)
		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;	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: 1976.82 kcal; Białko ogółem: 61.21 g; Tłuszcz: 32.76 g; Kw. tł. nasy.: 7.45 g; Węglowodany ogółem: 368.87 g; W tym cukry: 84.82 g; Błonnik pok.: 20.46 g; Sól: 5.06 g;	Wartość energetyczna: 1956.27 kcal; Białko ogółem: 69.56 g; Tłuszcz: 34.50 g; Kw. tł. nasy.: 8.56 g; Węglowodany ogółem: 357.16 g; W tym cukry: 85.67 g; Błonnik pok.: 20.82 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 3602.08 kcal; Białko ogółem: 120.84 g; Tłuszcz: 105.98 g; Kw. tł. nasy.: 37.28 g; Węglowodany ogółem: 559.88 g; W tym cukry: 129.34 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 10.31 g;	Wartość energetyczna: 2415.29 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw. tł. nasy.: 15.83 g; Węglowodany ogółem: 371.14 g; W tym cukry: 86.19 g; Błonnik pok.: 32.70 g; Sól: 7.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.	
2024-03-21 czwartek	Śniadanie	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	Miiks 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 70g 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 100 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>)	
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	
	Obiad	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	Miiks 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>) Marchew gotowana 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 udzca 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
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	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 b/c 200 ml
	Kolacja	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	Miiks 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 100 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
	PN	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	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	
	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;	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: 2080.08 kcal; Białko ogółem: 53.37 g; Tłuszcz: 35.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.45 g; Węglowodany ogółem: 403.45 g; W tym cukry: 141.91 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 5.29 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: 3230.88 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 86.60 g; Kw. tł. nasy.: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 531.79 g; W tym cukry: 172.53 g; Błonnik pok.: 44.81 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 2355.02 kcal; Białko ogółem: 79.57 g; Tłuszcz: 59.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.41 g; Węglowodany ogółem: 388.02 g; W tym cukry: 111.62 g; Błonnik pok.: 42.36 g; Sól: 5.92 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.
2024-03-22 piątek	Śniadanie	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Płatki pszenne 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 Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 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% 10 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	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni staropolski 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z białek 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
	II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 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>)
2024-03-22 piątek	Obiad	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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 Pulpet drobiowy b/jaj 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml (<u>GLU PSZ.</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 smażona (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Galaretką o smaku brzoskwiowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Galaretką o smaku brzoskwiowym 200 g Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	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	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 Rolada z łopatkki wieprzowej 30 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 Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	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	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JE CZ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	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;	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: 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;	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;	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;	Wartość energetyczna: 2183.60 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 56.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.42 g; Węglowodany ogółem: 341.50 g; W tym cukry: 99.21 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 6.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.
2024-03-23 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE)
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ)		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE)	Jabko 1 szt 1 szt
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym () 250 ml (SEL) 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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 30 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 50 g (GLU PSZ) Sos ziołowy () 30 ml (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ) 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 (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Maślanka 200 ml (MLE)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Melon 100 g Chrupki kukurydziane 20 g		Melon 100 g Maślanka 200 ml (MLE)	
	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra szynkowa-wędziona wieprzowa szynka wędziona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym () 350 ml (GLU PSZ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zapiekanek z ziemniaków i warzyw* 200 g (JAJ, MLE, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ)	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Wafle ryżowe 30 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;	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: 2186.59 kcal; Białko ogółem: 96.19 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; Węglowodany ogółem: 327.93 g; W tym cukry: 71.62 g; Błonnik pok.: 32.24 g; Sól: 7.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.
2024-03-24 niedziela	Śniadanie	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	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 kiel.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	Płatki 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g 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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	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>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g	Jabłko 1 szt 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g
	Obiad	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Grysikowa () 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		Grysikowa () 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	Grysikowa () 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 Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	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
	Kolejca	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	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 słończnika 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 100 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
	PN	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	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g		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>)
		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;	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: 1990.37 kcal; Białko ogółem: 52.67 g; Tłuszcz: 40.35 g; Kw. tł. nasy.: 8.14 g; Węglowodany ogółem: 372.73 g; W tym cukry: 114.19 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 2047.82 kcal; Białko ogółem: 56.54 g; Tłuszcz: 44.44 g; Kw. tł. nasy.: 9.20 g; Węglowodany ogółem: 374.67 g; W tym cukry: 115.86 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 3181.48 kcal; Białko ogółem: 136.17 g; Tłuszcz: 90.91 g; Kw. tł. nasy.: 40.39 g; Węglowodany ogółem: 467.68 g; W tym cukry: 119.30 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 10.63 g;	Wartość energetyczna: 2368.60 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 67.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 342.73 g; W tym cukry: 98.39 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 6.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.
2024-03-25 poniedziałek	Śniadanie	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLUPSZ, 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	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</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	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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, SO2.</u>) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 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 diete podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ.</u>)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńa duszona z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy () 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńa duszona z olejem* 120 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>) Placki serniczki 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos jarzynowy () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surowka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Surowka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 35 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna 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 Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 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 diete podstawową z mixem sałat 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 40 g
	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	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
		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;	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: 2300.29 kcal; Białko ogółem: 88.45 g; Tłuszcz: 63.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 360.15 g; W tym cukry: 89.90 g; Błonnik pok.: 36.23 g; Sól: 6.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.
2024-03-26 wtorek	Śniadanie	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Płatki jęczmienne 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym () 350 ml (<u>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	Płatki jęczmienne 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 Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 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 Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g		Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Wielowarzywna z zacierką*() (bez kalafiora) b/mleka 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 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*() 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>) 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>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	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	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 Pызdra 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	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>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)		Chąłka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	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;	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: 2296.93 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 358.80 g; W tym cukry: 96.61 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 6.82 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.	
2024-03-27 środa	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy (D) (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszta schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym (D) 350 ml (GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN	Mus z jabłek (D) b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek (D) b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek (D) z/c 100 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Koktajl wielooowocowy* 200 ml (MLE.)	
2024-03-27 środa	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (D) 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem (D) 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy (D) (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Ziemniaczana (bez mleka) (D) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (D) 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (D) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane (D) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) (D) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (D) 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (D) 30 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane (D) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (D) 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (D) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (D) 120 g Surowka wielowarzywna z olejem (D) 100 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (D) 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (D) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (D) 120 g Surowka wielowarzywna z olejem b/c (D) 100 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Mus z jabłek (D) b/c 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle ryżowe 30 g	Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g
2024-03-27 środa	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy (D) (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt	
	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;	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: 3153.41 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 84.06 g; Kw. tł. nasy.: 34.54 g; Węglowodany ogółem: 498.69 g; W tym cukry: 132.65 g; Błonnik pok.: 37.03 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 2432.62 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 379.89 g; W tym cukry: 92.28 g; Błonnik pok.: 38.91 g; Sól: 6.61 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.	
2024-03-28 czwartek	Sniadanie	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	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 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEĆZ.</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 JEĆZ.</u>)	Chleb żytni razowy 100 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 JEĆZ.</u>)
		II ŚN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	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	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
Obiad	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	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	
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Chalka 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>)	
PN	Kolejca	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JEĆZ.</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	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU JEĆZ.</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 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 żytni razowy 100 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 Herbata czarna granulowana z cytryną 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	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: 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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.	
2024-03-29 piątek	Śniadanie	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	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 Szyńska 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 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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni staropolski 50 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 diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	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
Obiad	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	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 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, SÓZ, 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	
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g	Koktajl truskawkowy* 250 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
Kolejacja	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	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 Szyńska 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 topatki 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 diete podstawową 40 g	Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (<u>GLU PSZ</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	
	PN	Wafle ryżowe 30 g 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	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 Kubuś 0,3l 1 szt	
	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;	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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.
2024-03-30 sobota	Śniadanie	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym () 350 ml (<u>GLU OW.</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	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszaný 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>) 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	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serrek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet rybno-warzywny* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik drobiowy z udźca (b/aj) 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy () 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Chrupki kukurydziane 20 g		Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g (<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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml Chleb mieszaný 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	Chleb mieszaný pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek na słodko 60 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek na słodko 60 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	PN	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	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 (<u>MLE.</u>) Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 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;	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: 1950.43 kcal; Białko ogółem: 71.73 g; Tłuszcz: 37.70 g; Kw. tł. nasy.: 8.50 g; Węglowodany ogółem: 346.17 g; W tym cukry: 75.83 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 1887.41 kcal; Białko ogółem: 56.11 g; Tłuszcz: 34.30 g; Kw. tł. nasy.: 7.84 g; Węglowodany ogółem: 354.34 g; W tym cukry: 90.76 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 3234.41 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 81.16 g; Kw. tł. nasy.: 44.28 g; Węglowodany ogółem: 533.80 g; W tym cukry: 131.18 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 2255.87 kcal; Białko ogółem: 76.64 g; Tłuszcz: 52.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 383.28 g; W tym cukry: 85.46 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 4.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK OZT 4 dzień	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.	
2024-03-31 niedziela	Śniadanie	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	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 Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</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 wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	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 makiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb żytni razowy 100 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 makiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	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 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g
	Obiad	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	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 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	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 własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>) Żurek z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</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	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>) Żurek z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</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
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Banan 1szt. 1 szt Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g		Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	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	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 100 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
	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 Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	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;	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: 2209.40 kcal; Białko ogółem: 60.93 g; Tłuszcz: 32.26 g; Kw. tł. nasy.: 9.02 g; Węglowodany ogółem: 435.20 g; W tym cukry: 145.62 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 4.42 g;	Wartość energetyczna: 1936.10 kcal; Białko ogółem: 62.48 g; Tłuszcz: 31.96 g; Kw. tł. nasy.: 8.74 g; Węglowodany ogółem: 365.17 g; W tym cukry: 91.64 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 3.77 g;	Wartość energetyczna: 3398.71 kcal; Białko ogółem: 125.87 g; Tłuszcz: 101.72 g; Kw. tł. nasy.: 41.31 g; Węglowodany ogółem: 510.79 g; W tym cukry: 137.06 g; Błonnik pok.: 36.98 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 2369.63 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 69.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 346.45 g; W tym cukry: 92.40 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 7.85 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	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.
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	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	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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 Szynka wieprzowa gotowana 20 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona parzona, z dod. wody białka wp 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona parzona, z dod. wody białka wp 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml
	Obiad	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	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	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) 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	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) 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 Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt		
	Kolejca	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Płatki pszenne 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 Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne 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 Rolada z topatki wieprzowej 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 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	Chleb żytni razowy 100 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 z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	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 Kubuś 0,3L 1 szt	
		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;	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: 2024.81 kcal; Białko ogółem: 56.47 g; Tłuszcz: 42.48 g; Kw. tł. nasy.: 9.13 g; Węglowodany ogółem: 369.47 g; W tym cukry: 140.69 g; Błonnik pok.: 37.97 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 1945.49 kcal; Białko ogółem: 56.66 g; Tłuszcz: 45.11 g; Kw. tł. nasy.: 9.71 g; Węglowodany ogółem: 345.52 g; W tym cukry: 119.30 g; Błonnik pok.: 34.91 g; Sól: 4.59 g;	Wartość energetyczna: 3302.93 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 99.31 g; Kw. tł. nasy.: 43.02 g; Węglowodany ogółem: 473.50 g; W tym cukry: 154.53 g; Błonnik pok.: 33.40 g; Sól: 9.08 g;	Wartość energetyczna: 2628.43 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 75.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 369.60 g; W tym cukry: 112.83 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 5.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-03-18 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba faszzerowana (dorsz) (bez glutenu) 20 g (<u>JAJ, RYB</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy mielony (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>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	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>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	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	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>)	
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g 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	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>) Serek a'la homogenizowany 35 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	
		Wartość energetyczna: 1925.85 kcal; Białko ogółem: 47.61 g; Tłuszcz: 45.30 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; Węglowodany ogółem: 342.05 g; W tym cukry: 148.87 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 2.54 g;	Wartość energetyczna: 2300.60 kcal; Białko ogółem: 77.35 g; Tłuszcz: 57.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 384.47 g; W tym cukry: 142.03 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2010.13 kcal; Białko ogółem: 57.31 g; Tłuszcz: 44.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; Węglowodany ogółem: 358.01 g; W tym cukry: 158.62 g; Błonnik pok.: 34.76 g; Sól: 4.38 g;	Wartość energetyczna: 281.26 kcal; Białko ogółem: 6.61 g; Tłuszcz: 2.10 g; Kw. tł. nasy.: 0.33 g; Węglowodany ogółem: 61.73 g; W tym cukry: 14.14 g; Błonnik pok.: 5.84 g; Sól: 1.32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-03-19 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta drobiowo-warzywana z udzka kurczaka* 20 g (SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)		
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Solferino (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g (JAJ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml (MLE) Dyńa z wody 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE) Dyńa duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE) Dyńa duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE) Wafle ryżowe 30 g		
	Kolejca	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ)		
	Wartość energetyczna: 1721.07 kcal; Białko ogółem: 47.15 g; Tłuszcz: 39.43 g; Kw. tł. nasy.: 15.81 g; Węglowodany ogółem: 298.91 g; W tym cukry: 91.87 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 2.02 g;	Wartość energetyczna: 2214.50 kcal; Białko ogółem: 70.10 g; Tłuszcz: 52.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 374.37 g; W tym cukry: 108.73 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2378.70 kcal; Białko ogółem: 75.75 g; Tłuszcz: 54.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 406.24 g; W tym cukry: 110.27 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 5.29 g;	Wartość energetyczna: 427.38 kcal; Białko ogółem: 9.74 g; Tłuszcz: 2.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.41 g; Węglowodany ogółem: 95.67 g; W tym cukry: 28.50 g; Błonnik pok.: 10.84 g; Sól: 1.35 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-03-20 środa	Śniadanie	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	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	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 30 ml (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 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		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	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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	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>)	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1935.96 kcal; Białko ogółem: 61.55 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 303.72 g; W tym cukry: 103.17 g; Błonnik pok.: 20.42 g; Sól: 1.85 g;	Wartość energetyczna: 1916.56 kcal; Białko ogółem: 66.02 g; Tłuszcz: 48.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 311.90 g; W tym cukry: 85.54 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 4.03 g;	Wartość energetyczna: 2233.64 kcal; Białko ogółem: 78.14 g; Tłuszcz: 54.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 372.45 g; W tym cukry: 102.57 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 4.71 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 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2024-03-21 czwartek	BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
Śniadanie		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	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 Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
Obiad		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	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	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	
Kolacja		Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 20 g (<u>SEL</u>) 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) 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		
PN		Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1960.60 kcal; Białko ogółem: 47.80 g; Tłuszcz: 44.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 353.29 g; W tym cukry: 141.33 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 3.13 g;	Wartość energetyczna: 2452.35 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 423.07 g; W tym cukry: 169.52 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2265.35 kcal; Białko ogółem: 63.65 g; Tłuszcz: 47.91 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 409.70 g; W tym cukry: 158.17 g; Błonnik pok.: 32.98 g; Sól: 5.83 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 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-03-22 piątek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 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	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	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 brokula * 20 g	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g (<u>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>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 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	Galaretka o smaku brzoskwiniowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	Galaretka o smaku brzoskwiniowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g 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	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>) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	
		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;	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 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-03-23 sobota	Śniadanie	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>)	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 dębowa 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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	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 (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	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	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)	
	Kolejca	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	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, SOJ</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		
		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;	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 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-03-24 niedziela	Śniadanie	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	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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 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>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Obiad	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	Grycikowa () 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	Grycikowa () 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	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	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	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	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	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: 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;	Wartość energetyczna: 2388.98 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 370.48 g; W tym cukry: 122.26 g; Błonnik pok.: 17.24 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2059.73 kcal; Białko ogółem: 69.19 g; Tłuszcz: 44.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 355.43 g; W tym cukry: 123.08 g; Błonnik pok.: 20.08 g; Sól: 5.01 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 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-03-25 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 30 ml (<u>SEL</u>) Dymia z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dymia duszona z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Barszcz ukraiński 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
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 35 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 35 g (<u>SEL</u>)		
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 20 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;	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 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-03-26 wtorek	Śniadanie	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU, JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU, JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE) Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE) Wafle ryżowe 30 g	
	Obiad	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 50 g (JAJ) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 30 ml (MLE) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() (bez kalafiora) 350 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (GLU, PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 30 ml (GLU, PSZ, MLE) Marchew oprószana z olejem () 120 g (GLU, PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Kolejacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, PSZ, SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 30 g	Chałka 50 g (GLU, PSZ, JAJ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)		
	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;	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 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-03-27 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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% 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 JĘCZ</u>)	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% 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 JĘCZ</u>)	
	II ŚN	Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</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 Wafle ryżowe 30 g	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	
	Kolejca	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 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	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>) 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	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>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 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	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1927.11 kcal; Białko ogółem: 65.66 g; Tłuszcz: 44.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 326.11 g; W tym cukry: 100.68 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 2.34 g;	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: 2069.00 kcal; Białko ogółem: 75.70 g; Tłuszcz: 46.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 351.46 g; W tym cukry: 99.01 g; Błonnik pok.: 28.34 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 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2024-03-28 czwartek	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
II ŚN	Śniadanie	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	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>)	
		Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chatka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Chatka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
PD	Obiad	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	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
		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		
PN	Kolejacja	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 kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne 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 kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)		
		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;	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 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-03-29 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 50 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	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	Kisiel o smaku wiśniowym 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>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Obiad	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	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>) Chleb bezglutenowy 50 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	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	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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: 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;	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 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-03-30 sobota	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet rybno-warzywny*(bez glutenu) 80 g (<u>JAJ, RYB, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet rybno-warzywny* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet rybno-warzywny* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Koperkowa 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
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>)		
	Kolacja	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 60 g (<u>MLE</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	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>) Twarożek na słodko 60 g (<u>MLE</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)		
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Chaika 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)		
		Wartość energetyczna: 1939.79 kcal; Białko ogółem: 64.14 g; Tłuszcz: 45.38 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 328.69 g; W tym cukry: 113.61 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 2.23 g;	Wartość energetyczna: 2522.42 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 61.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 404.83 g; W tym cukry: 123.49 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2471.37 kcal; Białko ogółem: 98.12 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 401.68 g; W tym cukry: 116.43 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 4.91 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 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-03-31 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>)	Kasza jęczmienna 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>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU, JECZ</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</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>) 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, JECZ</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>)	
	II ŚN	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
2024-03-31 niedziela	Obiad	Ziemniaczana (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	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>) Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, 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		Żurek 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
	PD	Banan 1szt. 1 szt Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g	Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g	
	Kolejca	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 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	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		
2024-03-31 niedziela	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1987.45 kcal; Białko ogółem: 60.18 g; Tłuszcz: 43.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 348.76 g; W tym cukry: 111.54 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 1.75 g;	Wartość energetyczna: 2586.34 kcal; Białko ogółem: 84.02 g; Tłuszcz: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 438.00 g; W tym cukry: 152.88 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 2439.34 kcal; Białko ogółem: 74.34 g; Tłuszcz: 55.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 424.98 g; W tym cukry: 138.95 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 381.56 kcal; Białko ogółem: 8.37 g; Tłuszcz: 2.10 g; Kw. tł. nasy.: 0.35 g; Węglowodany ogółem: 85.61 g; W tym cukry: 16.81 g; Błonnik pok.: 8.71 g; Sól: 1.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	
	Obiad	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	Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</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 * 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	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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g 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	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>) Serek a'la homogenizowany 35 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g		
	Wartość energetyczna: 2019.08 kcal; Białko ogółem: 53.76 g; Tłuszcz: 51.30 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 346.12 g; W tym cukry: 146.77 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 2.92 g;	Wartość energetyczna: 2281.26 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 51.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 358.45 g; W tym cukry: 120.20 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 2102.43 kcal; Białko ogółem: 62.17 g; Tłuszcz: 40.67 g; Kw. tł. nasy.: 17.48 g; Węglowodany ogółem: 355.79 g; W tym cukry: 137.13 g; Błonnik pok.: 24.98 g; Sól: 3.79 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;	

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,