

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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	
2024-05-27 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> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz szczeciński 30 g ( <u>RYB, SOJ</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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz szczeciński 30 g ( <u>RYB, SOJ</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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz szczeciński 30 g ( <u>RYB, SOJ</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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) 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 50 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )
	II ŚN	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 Podplomyki 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* 50 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* 50 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* 50 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> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/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> ) Banana 1 szt. 1 szt		Banana 1 szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ) Banana 1 szt. 1 szt
	Kolacja	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 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 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 żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 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 żytni razowy 64 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 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 64 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 Kubuś 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: 2342.03 kcal; Białko ogółem: 71.62 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 372.80 g; W tym cukry: 177.81 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 1998.22 kcal; Białko ogółem: 59.44 g; Tłuszcz: 52.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 329.34 g; W tym cukry: 167.82 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sól: 3.61 g;	Wartość energetyczna: 2662.19 kcal; Białko ogółem: 87.30 g; Tłuszcz: 75.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.04 g; Węglowodany ogółem: 420.00 g; W tym cukry: 178.76 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2437.27 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 360.34 g; W tym cukry: 147.25 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 5.20 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Płynna	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa
2024-05-28 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 56 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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni staropolski 56 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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni staropolski 112 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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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> ) Arbuz 100 g			
	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	Soferino () 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 rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 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			
	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% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g 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 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: 2471.30 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 86.09 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 339.37 g; W tym cukry: 103.55 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 5.44 g;	Wartość energetyczna: 2162.65 kcal; Białko ogółem: 79.26 g; Tłuszcz: 71.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 308.74 g; W tym cukry: 101.83 g; Błonnik pok.: 17.76 g; Sól: 4.84 g;	Wartość energetyczna: 2727.19 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 90.63 g; Kw. tł. nasy.: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 384.30 g; W tym cukry: 104.76 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2428.93 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 361.62 g; W tym cukry: 109.91 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sól: 5.45 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Płynna	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa
2024-05-29 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 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z fasoli* 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 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> ) Pasztet z fasoli* 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z fasoli* 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka meksykańska z fasolą*(z olejem) 150 g ( <u>SEL</u> ) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> )
	II ŚN	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 z olejem 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	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )			
	Kolejca	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 56 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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g 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> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 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: 2377.81 kcal; Białko ogółem: 85.34 g; Tłuszcz: 75.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 345.35 g; W tym cukry: 113.36 g; Błonnik pok.: 25.77 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 1925.86 kcal; Białko ogółem: 74.43 g; Tłuszcz: 58.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 284.87 g; W tym cukry: 112.45 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 2766.38 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 79.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 419.36 g; W tym cukry: 117.18 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2663.02 kcal; Białko ogółem: 88.98 g; Tłuszcz: 100.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 358.51 g; W tym cukry: 106.49 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 7.62 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- Płynna	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa	
2024-05-30 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 pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	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. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )
	II SN	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 * 100 g Surówka z selera i marchwi z olejem () 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml			
	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> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 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	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )			
Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;		Wartość energetyczna: 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: 2499.01 kcal; Białko ogółem: 73.79 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 384.28 g; W tym cukry: 141.91 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 1963.92 kcal; Białko ogółem: 60.99 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 300.70 g; W tym cukry: 139.49 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sól: 4.64 g;	Wartość energetyczna: 2709.75 kcal; Białko ogółem: 82.30 g; Tłuszcz: 83.15 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 418.18 g; W tym cukry: 142.01 g; Błonnik pok.: 31.24 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2616.15 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz: 86.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.57 g; Węglowodany ogółem: 392.35 g; W tym cukry: 145.15 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 6.67 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Płynna	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa
2024-05-31 piątek	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> )	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLU PSZ, GLU 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	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</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
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Jabiko w sosie wanilinowym 200 g ( <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> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na 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> ) 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 ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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
	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	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</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: 2405.79 kcal; Białko ogółem: 86.58 g; Tłuszcz: 83.59 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 344.65 g; W tym cukry: 123.33 g; Błonnik pok.: 24.40 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 1982.84 kcal; Białko ogółem: 72.58 g; Tłuszcz: 61.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 299.92 g; W tym cukry: 119.26 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 2735.60 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; Tłuszcz: 88.08 g; Kw. tł. nasy.: 41.63 g; Węglowodany ogółem: 402.70 g; W tym cukry: 125.69 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2253.05 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 348.37 g; W tym cukry: 125.65 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 4.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Płynna	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa
2024-06-01 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 64 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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) 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 Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 128 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )
	II SN	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 gryczana 220 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU, JECZ</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka 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, GÓR, SÓ2</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, GÓR, SÓ2</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 30 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, GÓR, SÓ2</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SÓ2</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			
		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: 2239.37 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.23 g; Węglowodany ogółem: 303.82 g; W tym cukry: 89.98 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 1938.50 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 266.68 g; W tym cukry: 88.79 g; Błonnik pok.: 17.58 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2583.58 kcal; Białko ogółem: 116.92 g; Tłuszcz: 80.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 367.16 g; W tym cukry: 90.90 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2317.44 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 323.63 g; W tym cukry: 96.76 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 7.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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	
2024-06-02 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> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Chleb żytni razowy 32 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 osl.niejad 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	
	II SN	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 Podplomyki 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	Grycikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grycikowa () 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> ) Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grycikowa () 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 Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1.5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 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 mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 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 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 40 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 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 40 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	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: 2145.91 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 67.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 294.51 g; W tym cukry: 100.96 g; Błonnik pok.: 16.32 g; Sól: 5.83 g;	Wartość energetyczna: 1610.63 kcal; Białko ogółem: 63.08 g; Tłuszcz: 42.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 247.11 g; W tym cukry: 99.70 g; Błonnik pok.: 12.64 g; Sól: 4.62 g;	Wartość energetyczna: 2402.75 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 340.97 g; W tym cukry: 101.67 g; Błonnik pok.: 19.03 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 2101.20 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 264.27 g; W tym cukry: 99.45 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 5.19 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Płynna	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa
2024-06-03 poniedziałek	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 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GÓR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem салат 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GÓR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem салат 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 128 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GÓR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem салат 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SOZ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem салат 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> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Arbuz 100 g			
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Płatki sermiczki 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Płatki sermiczki 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Płatki sermiczki 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Ddynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )			
	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 od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z mixem салат 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Miks warzyw na diecie podstawową z mixem салат 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z mixem салат 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z mixem салат 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 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: 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: 2610.52 kcal; Białko ogółem: 90.46 g; Tłuszcz: 107.78 g; Kw. tł. nasy.: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 328.00 g; W tym cukry: 135.84 g; Błonnik pok.: 17.24 g; Sól: 4.38 g;	Wartość energetyczna: 2055.34 kcal; Białko ogółem: 74.07 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 283.92 g; W tym cukry: 121.98 g; Błonnik pok.: 14.67 g; Sól: 4.24 g;	Wartość energetyczna: 2929.17 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 112.83 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 386.79 g; W tym cukry: 137.95 g; Błonnik pok.: 21.22 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2222.69 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 66.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 332.48 g; W tym cukry: 102.99 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 5.34 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Płynna	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa
2024-06-04 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 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>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 mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>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 mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 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	Wielowarzynna 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	Wielowarzynna 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	Wielowarzynna 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	Wielowarzynna 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 wykwiwna z olejem b/c 100 g 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 Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	
	Kolejca	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> )	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</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	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</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	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) 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	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</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			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: 2589.26 kcal; Białko ogółem: 99.80 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 396.45 g; W tym cukry: 110.01 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 2199.26 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Tłuszcz: 52.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 352.95 g; W tym cukry: 106.48 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sól: 5.01 g;	Wartość energetyczna: 2832.40 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 72.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 442.14 g; W tym cukry: 110.19 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2605.09 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 390.27 g; W tym cukry: 114.21 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 5.58 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- Płynna	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa	
2024-06-05 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% 15 g ( <u>MLE</u> ); Paprykarz szczeciński 30 g ( <u>RYB, SOJ</u> ); Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 20g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ); Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ); Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ); Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Paprykarz szczeciński 30 g ( <u>RYB, SOJ</u> ); Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 20g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ); Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ); Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ); Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ); Paprykarz szczeciński 30 g ( <u>RYB, SOJ</u> ); Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ); Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ); Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ); Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ); Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		Koktajl wielooowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ); Wafle tortowe 30 g ( <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 białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ); Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ); Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ); Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ); Surówka wielowarzywna z olejem () 120 g ( <u>SEL</u> ); Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ); Kasza kuskus/sypko 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ); Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ); Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ); Surówka wielowarzywna z olejem () 120 g ( <u>SEL</u> ); Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ); Kasza kuskus/sypko 220 g ( <u>GLU PSZ</u> ); Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ); Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ); Surówka wielowarzywna z olejem () 120 g ( <u>SEL</u> ); Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ); Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ); Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ); Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ); Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> ); Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml		Arbuz 100 g Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
	Kolekcja	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 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ); Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ); Ser topiony 40 g ( <u>MLE</u> ); Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 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 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 128 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ); Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ); Ser topiony 40 g ( <u>MLE</u> ); Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ); Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ); Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 70 g ( <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		Pieczyz chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ); Dżem 25 g 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: 2360.29 kcal; Białko ogółem: 78.36 g; Tłuszcz: 78.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 337.37 g; W tym cukry: 100.43 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 1957.41 kcal; Białko ogółem: 61.73 g; Tłuszcz: 62.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 289.89 g; W tym cukry: 98.60 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 2726.24 kcal; Białko ogółem: 91.50 g; Tłuszcz: 82.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 406.61 g; W tym cukry: 102.02 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2489.14 kcal; Białko ogółem: 87.14 g; Tłuszcz: 72.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 374.91 g; W tym cukry: 125.05 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 5.57 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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	
2024-06-06 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> )	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет z fasoli* 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g 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> ) Paszтет z fasoli* 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет z fasoli* 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет z fasoli* 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</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 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> ) 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	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 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp () 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp () 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp () 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 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 Sałatka szwedzka z olejem 100 g ( <u>GOR</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 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
	Kolejca	Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	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> ) 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	Bulka 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 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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 diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g 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 cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 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	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	
	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 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: 2563.24 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 87.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 358.13 g; W tym cukry: 88.02 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2043.50 kcal; Białko ogółem: 76.06 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 295.08 g; W tym cukry: 84.59 g; Błonnik pok.: 18.84 g; Sól: 4.56 g;	Wartość energetyczna: 2756.76 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 94.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 379.45 g; W tym cukry: 89.60 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2477.11 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 80.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 350.19 g; W tym cukry: 86.03 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 7.36 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-06-07 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 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>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 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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 Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt		
	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 JEJCZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB, MLE</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JEJCZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Eskalopka z dorsza 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB, MLE</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JEJCZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Eskalopka z dorsza 90 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB, MLE</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JEJCZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB, MLE</u> ) Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty białej 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		
	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> )	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Powidla śliwkowe 20 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> )	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Powidla śliwkowe 20 g Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> )	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Powidla śliwkowe 20 g Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> )
	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> )		
		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: 2377.37 kcal; Białko ogółem: 73.03 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tł. nasy.: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 353.74 g; W tym cukry: 164.03 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 2014.37 kcal; Białko ogółem: 60.68 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 313.47 g; W tym cukry: 159.96 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 2727.43 kcal; Białko ogółem: 84.43 g; Tłuszcz: 84.59 g; Kw. tł. nasy.: 37.27 g; Węglowodany ogółem: 416.22 g; W tym cukry: 170.77 g; Błonnik pok.: 35.59 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 2475.19 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 74.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 383.23 g; W tym cukry: 174.44 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sól: 4.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-06-08 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> )	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	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> ) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 90 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>SEL</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 100 g Surówka wykwiwna z olejem b/c 100 g 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> ) Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )			
	Kolejca	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> )	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka z makaronu- dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SÓZ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka z makaronu- dieta* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 10 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SÓZ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka z makaronu- dieta* 130 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR, SÓZ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) 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, GÓR, SÓZ</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	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: 2807.53 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 93.94 g; Kw. tł. nasy.: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 408.85 g; W tym cukry: 114.34 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2343.90 kcal; Białko ogółem: 76.95 g; Tłuszcz: 74.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 351.38 g; W tym cukry: 109.83 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 3230.13 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 108.96 g; Kw. tł. nasy.: 41.61 g; Węglowodany ogółem: 468.67 g; W tym cukry: 114.82 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2572.24 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz: 86.65 g; Kw. tł. nasy.: 35.81 g; Węglowodany ogółem: 368.91 g; W tym cukry: 114.24 g; Błonnik pok.: 29.96 g; Sól: 5.82 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- Płynna	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa
2024-06-09 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 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabiko 1 szt 1 szt	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabiko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabiko 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	Kalaforowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet schabowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Mizeria 120 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką () 250 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Kotlet schabowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mizeria 120 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Kotlet schabowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Mizeria 120 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mizeria 100 g ( <u>MLE</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 Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	Kolejca	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 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	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 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 ŻYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) 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	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</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: 2350.85 kcal; Białko ogółem: 79.78 g; Tłuszcz: 71.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 354.93 g; W tym cukry: 146.55 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 1971.03 kcal; Białko ogółem: 63.25 g; Tłuszcz: 52.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 317.64 g; W tym cukry: 143.71 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 2640.44 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 410.95 g; W tym cukry: 147.62 g; Błonnik pok.: 28.77 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2335.02 kcal; Białko ogółem: 82.28 g; Tłuszcz: 64.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 368.00 g; W tym cukry: 148.23 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sól: 4.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Latwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-05-27 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-wędłina 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> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina 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> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina 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 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina 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 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina 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 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet z indyka gotowany (bez soli) 40 g 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 ŚN	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> )	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Pызdra 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> )	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* 50 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* 50 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* 50 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* 50 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* 50 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	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
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 60 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 60 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 60 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 60 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 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	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> ) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
	Wartość energetyczna: 2233.94 kcal; Białko ogółem: 72.26 g; Tłuszcz: 54.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 370.77 g; W tym cukry: 179.61 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 2.86 g;	Wartość energetyczna: 2018.98 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 30.38 g; Kw. tł. nasy.: 10.63 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; W tym cukry: 183.81 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 2.50 g;	Wartość energetyczna: 2027.14 kcal; Białko ogółem: 69.93 g; Tłuszcz: 53.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 321.63 g; W tym cukry: 116.06 g; Błonnik pok.: 12.99 g; Sól: 2.73 g;	Wartość energetyczna: 2170.36 kcal; Białko ogółem: 76.63 g; Tłuszcz: 58.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 341.49 g; W tym cukry: 152.96 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 1927.92 kcal; Białko ogółem: 34.88 g; Tłuszcz: 38.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 367.02 g; W tym cukry: 139.11 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 2268.61 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz: 57.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 373.88 g; W tym cukry: 177.25 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 2.97 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Latwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 JECZ.</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 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 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem (bez soli) 30 g ( <u>MLE</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 JECZ.</u> )
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Arbuz 100 g	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> ) Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Arbuz 100 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Arbuz 100 g
	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> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 120 g 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> ) Dymia 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> ) Dymia 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 ( ) 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	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 15 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )					
	Wartość energetyczna: 2355.93 kcal; Białko ogółem: 90.37 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 350.32 g; W tym cukry: 103.55 g; Błonnik pok.: 17.55 g; Sól: 5.34 g;	Wartość energetyczna: 2073.46 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 41.36 g; Kw. tł. nasy.: 8.01 g; Węglowodany ogółem: 354.16 g; W tym cukry: 96.60 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sól: 4.74 g;	Wartość energetyczna: 2344.23 kcal; Białko ogółem: 89.77 g; Tłuszcz: 69.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 347.25 g; W tym cukry: 103.66 g; Błonnik pok.: 15.71 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2589.77 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; Tłuszcz: 76.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 377.95 g; W tym cukry: 119.37 g; Błonnik pok.: 21.54 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 1878.10 kcal; Białko ogółem: 41.62 g; Tłuszcz: 43.81 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; W tym cukry: 95.54 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 3.47 g;	Wartość energetyczna: 2384.94 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 71.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 353.39 g; W tym cukry: 115.23 g; Błonnik pok.: 20.87 g; Sól: 2.87 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Latwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-05-29 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 70 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 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> ) Serek homo. naturalny 70 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 70 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> ) Szyngowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw ost.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*(z olejem) 150 g ( <u>SEL</u> ) Sałatka zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )
	II ŚN	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	Gryskowa () 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 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 brokula* 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 () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety z brokula* 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</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopity 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopity 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )		Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopity 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyngowa 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> ) Szyngowa 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> ) Szyngowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyngowa 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> ) Szyngowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 15 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) 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: 2016.95 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 54.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 310.52 g; W tym cukry: 111.15 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 1622.71 kcal; Białko ogółem: 66.00 g; Tłuszcz: 19.61 g; Kw. tł. nasy.: 4.28 g; Węglowodany ogółem: 309.61 g; W tym cukry: 109.67 g; Błonnik pok.: 17.82 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 1978.90 kcal; Białko ogółem: 82.85 g; Tłuszcz: 54.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 303.08 g; W tym cukry: 109.27 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 2204.16 kcal; Białko ogółem: 97.66 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 322.45 g; W tym cukry: 121.15 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sól: 4.78 g;	Wartość energetyczna: 1930.87 kcal; Białko ogółem: 43.97 g; Tłuszcz: 53.31 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 334.55 g; W tym cukry: 101.78 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 4.63 g;	Wartość energetyczna: 2293.18 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 336.71 g; W tym cukry: 111.62 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 3.28 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-05-30 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. 20g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g 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> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 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% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 15g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 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% 15 g ( <u>MLE</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 20 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )
	II SN	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 Podpłomyki 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 * 120 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 * 120 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 * 120 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 * 120 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) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 120 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	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g 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 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% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki (bez soli) 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )			
	Wartość energetyczna: 2152.32 kcal; Białko ogółem: 62.95 g; Tłuszcz: 64.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; W tym cukry: 136.50 g; Błonnik pok.: 20.68 g; Sól: 3.65 g;	Wartość energetyczna: 2054.83 kcal; Białko ogółem: 73.14 g; Tłuszcz: 43.15 g; Kw. tł. nasy.: 9.86 g; Węglowodany ogółem: 352.74 g; W tym cukry: 116.08 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2089.73 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz: 65.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 321.44 g; W tym cukry: 126.04 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 2534.41 kcal; Białko ogółem: 87.33 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 388.43 g; W tym cukry: 160.30 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 1948.30 kcal; Białko ogółem: 33.96 g; Tłuszcz: 45.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.54 g; Węglowodany ogółem: 361.23 g; W tym cukry: 120.79 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 2142.38 kcal; Białko ogółem: 61.05 g; Tłuszcz: 64.17 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 338.86 g; W tym cukry: 136.78 g; Błonnik pok.: 20.97 g; Sól: 2.77 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) 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	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) 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	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) 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
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokuła * 20 g Sałata zielona 10 g Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )
	Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 40 g ( <u>RYB</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) (bez soli) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez soli) 90 g ( <u>RYB</u> ) Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko w sosie waniliowym 200 g ( <u>MLE</u> )					
	Kolejca	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 1szt. 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Ryba faszerowana (dorsz) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SÓZ, MCK</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2374.76 kcal; Białko ogółem: 90.00 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 380.30 g; W tym cukry: 157.50 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 1569.52 kcal; Białko ogółem: 72.52 g; Tłuszcz: 15.90 g; Kw. tł. nasy.: 5.34 g; Węglowodany ogółem: 303.67 g; W tym cukry: 99.98 g; Błonnik pok.: 20.95 g; Sól: 3.77 g;	Wartość energetyczna: 2135.96 kcal; Białko ogółem: 82.68 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 332.39 g; W tym cukry: 120.24 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 4.73 g;	Wartość energetyczna: 2196.91 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; W tym cukry: 100.81 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 1769.49 kcal; Białko ogółem: 52.13 g; Tłuszcz: 44.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.32 g; Węglowodany ogółem: 309.05 g; W tym cukry: 107.04 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 3.85 g;	Wartość energetyczna: 2148.76 kcal; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 59.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 333.90 g; W tym cukry: 119.70 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sól: 3.45 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Latwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> .)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> .)	Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> .)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 15 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> .) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> .)
	II SN	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 <sup>2</sup> 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 <sup>2</sup> 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 <sup>2</sup> 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 <sup>2</sup> 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 <sup>2</sup> 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 <sup>2</sup> 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	Melon 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> .) Melon 100 g
	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> .) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g 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 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, S02</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, S02</u> .) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</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: 2128.87 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 64.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 311.73 g; W tym cukry: 108.22 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 1758.07 kcal; Białko ogółem: 73.86 g; Tłuszcz: 35.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 304.21 g; W tym cukry: 93.38 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 5.09 g;	Wartość energetyczna: 2057.05 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 294.72 g; W tym cukry: 99.49 g; Błonnik pok.: 19.65 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2532.75 kcal; Białko ogółem: 104.40 g; Tłuszcz: 75.60 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 376.42 g; W tym cukry: 120.40 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 1935.92 kcal; Białko ogółem: 68.61 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 301.58 g; W tym cukry: 76.02 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 2129.18 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 302.29 g; W tym cukry: 99.43 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 3.51 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-02 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.wodyw osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw osł.niejad 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw osł.niejad 15 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Rolada z 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 JECZ</u> )
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem 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 schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 20 g Sałata zielona 10 g Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	
	Obiad	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Udziec z kurczaka 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	Grysikowa ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Udziec z kurczaka 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 z kurczaka 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 z kurczaka 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 z kurczaka gotowany z/k z/s 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	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <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	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	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )				Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2216.69 kcal; Białko ogółem: 100.79 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 300.94 g; W tym cukry: 98.04 g; Błonnik pok.: 19.02 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 1910.04 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 52.44 g; Kw. tł. nasy.: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 280.11 g; W tym cukry: 100.64 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 5.11 g;	Wartość energetyczna: 2125.19 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 280.37 g; W tym cukry: 100.77 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 2527.02 kcal; Białko ogółem: 117.95 g; Tłuszcz: 93.08 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; W tym cukry: 95.58 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 1670.95 kcal; Białko ogółem: 52.08 g; Tłuszcz: 45.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 272.32 g; W tym cukry: 84.32 g; Błonnik pok.: 30.07 g; Sól: 3.73 g;	Wartość energetyczna: 2288.22 kcal; Białko ogółem: 98.43 g; Tłuszcz: 85.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 293.05 g; W tym cukry: 108.13 g; Błonnik pok.: 24.09 g; Sól: 3.62 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem salat 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 salat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka 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 salat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem salat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka 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 salat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 70 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem salat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Arbuz 100 g				Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Arbuz 100 g
	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> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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> ) Jabłko pieczone 1szt. 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> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	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> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem salat 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem salat 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> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem salat 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokuła * 50 g Miks warzyw na dietę podstawową z mixem salat 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> ) Twarożek 80 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem salat 40 g
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )					
	Wartość energetyczna: 2155.33 kcal; Białko ogółem: 82.11 g; Tłuszcz: 56.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 341.63 g; W tym cukry: 122.53 g; Błonnik pok.: 17.36 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 1842.67 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz: 30.02 g; Kw. tł. nasy.: 10.08 g; Węglowodany ogółem: 329.42 g; W tym cukry: 116.24 g; Błonnik pok.: 15.42 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2124.17 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz: 56.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 335.25 g; W tym cukry: 115.83 g; Błonnik pok.: 14.99 g; Sól: 4.32 g;	Wartość energetyczna: 2433.04 kcal; Białko ogółem: 99.08 g; Tłuszcz: 64.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 378.53 g; W tym cukry: 136.97 g; Błonnik pok.: 18.06 g; Sól: 5.29 g;	Wartość energetyczna: 1900.98 kcal; Białko ogółem: 37.43 g; Tłuszcz: 43.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 353.33 g; W tym cukry: 123.60 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 3.41 g;	Wartość energetyczna: 2238.97 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 55.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 344.75 g; W tym cukry: 125.26 g; Błonnik pok.: 17.37 g; Sól: 2.93 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna		
2024-06-04 wtorek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 15g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) 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 ( ) 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 ( ) 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 ( ) 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 ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Roladka drobiowa 40 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )			Jabłko 1 szt 1 szt Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 15 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jabko 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> )					Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2253.32 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 331.07 g; W tym cukry: 81.38 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2018.36 kcal; Białko ogółem: 96.42 g; Tłuszcz: 41.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.48 g; Węglowodany ogółem: 326.36 g; W tym cukry: 81.97 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 2221.38 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 64.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 325.21 g; W tym cukry: 78.40 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 2253.32 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 331.07 g; W tym cukry: 81.38 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 1844.44 kcal; Białko ogółem: 45.29 g; Tłuszcz: 45.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 325.15 g; W tym cukry: 91.97 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2139.02 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 63.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 320.76 g; W tym cukry: 69.04 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 3.67 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna
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. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g 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> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 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% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 15g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową 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% 15 g ( <u>MLE</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (bez soli) 40g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )
II ŚN	Koktajl wielooowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )					
Obiad	Ziemiaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemiaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemiaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana (bez soli) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko (bez soli) 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez soli) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* (bez soli) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Arbuz 100 g Herbatniki Be Be 14g	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ) Herbatniki Be Be 14g	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ) Herbatniki Be Be 14g	Arbuz 100 g Herbatniki Be Be 14g	Arbuz 100 g Herbatniki Be Be 14g	Arbuz 100 g Herbatniki Be Be 14g
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt 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 70 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2365.01 kcal; Białko ogółem: 82.57 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 366.96 g; W tym cukry: 116.49 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2042.74 kcal; Białko ogółem: 74.89 g; Tłuszcz: 36.86 g; Kw. tł. nasy.: 10.25 g; Węglowodany ogółem: 360.10 g; W tym cukry: 110.92 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 2210.10 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 57.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 342.58 g; W tym cukry: 97.46 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2617.46 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 71.97 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 392.45 g; W tym cukry: 125.23 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 2563.80 kcal; Białko ogółem: 68.01 g; Tłuszcz: 71.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 414.33 g; W tym cukry: 106.87 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2382.36 kcal; Białko ogółem: 85.67 g; Tłuszcz: 64.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 366.96 g; W tym cukry: 116.49 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 3.09 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Latwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	Bulka 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 salata lodową 40 g 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> ) 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 salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka 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 JECZ.</u> )	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (bez soli) 50 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )
	II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) 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> )
	Kolejca	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 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> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Miks warzyw na dietę podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka 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 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: 2206.23 kcal; Białko ogółem: 88.15 g; Tłuszcz: 69.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 321.25 g; W tym cukry: 82.53 g; Błonnik pok.: 17.19 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 1913.64 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 38.99 g; Kw. tł. nasy.: 10.82 g; Węglowodany ogółem: 318.40 g; W tym cukry: 73.45 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2170.02 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 309.60 g; W tym cukry: 79.06 g; Błonnik pok.: 12.67 g; Sól: 4.68 g;	Wartość energetyczna: 2459.99 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 75.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.22 g; Węglowodany ogółem: 360.62 g; W tym cukry: 96.08 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2009.24 kcal; Białko ogółem: 52.08 g; Tłuszcz: 39.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.51 g; Węglowodany ogółem: 375.40 g; W tym cukry: 80.15 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 2292.04 kcal; Białko ogółem: 91.40 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 325.47 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 19.17 g; Sól: 3.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Latwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) 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	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) 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
	II SN	Melon 200 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona,parzona 20 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Melon 200 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	
	Obiad	Krupnik jęczmienny ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JE CZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JE CZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JE CZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> ) 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 JE CZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) ( ) 350 ml ( <u>SEL, GLU JE CZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet rybny (dorsz) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez soli) ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JE CZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> ) Warzywa po grecku* (bez soli) 120 g ( <u>GLU 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 Chrupki kukurydziane 20 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	Chrupki kukurydziane 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</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> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</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 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 Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u> )
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )					
	Wartość energetyczna: 2314.15 kcal; Białko ogółem: 77.09 g; Tłuszcz: 61.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 374.78 g; W tym cukry: 171.95 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1968.60 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz: 31.05 g; Kw. tł. nasy.: 9.69 g; Węglowodany ogółem: 358.24 g; W tym cukry: 143.42 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 3.97 g;	Wartość energetyczna: 2074.24 kcal; Białko ogółem: 66.58 g; Tłuszcz: 55.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 336.86 g; W tym cukry: 151.53 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2372.76 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 67.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 366.04 g; W tym cukry: 140.80 g; Błonnik pok.: 27.60 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2070.49 kcal; Białko ogółem: 55.46 g; Tłuszcz: 49.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 365.14 g; W tym cukry: 122.91 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 5.11 g;	Wartość energetyczna: 2325.65 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.10 g; Węglowodany ogółem: 371.45 g; W tym cukry: 166.37 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 3.88 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <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 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 ZYT</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 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> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</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 ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</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
	II ŚN	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 na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 120 g 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 Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 100 g 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 Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 120 g 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 Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kofeity z brokula* 400 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez soli) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 160 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez soli)* 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane (bez soli) () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )		Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Miks warzyw na 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 ZYT</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</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 sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) 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 Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )				Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 2313.40 kcal; Białko ogółem: 90.77 g; Tłuszcz: 66.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 354.61 g; W tym cukry: 110.24 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 1895.96 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 35.83 g; Kw. tł. nasy.: 8.27 g; Węglowodany ogółem: 330.10 g; W tym cukry: 100.00 g; Błonnik pok.: 19.29 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 2284.00 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 69.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 341.85 g; W tym cukry: 103.50 g; Błonnik pok.: 20.65 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 2669.93 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 83.50 g; Kw. tł. nasy.: 38.69 g; Węglowodany ogółem: 392.29 g; W tym cukry: 124.77 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2542.85 kcal; Białko ogółem: 62.90 g; Tłuszcz: 99.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 365.21 g; W tym cukry: 84.37 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2332.14 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz: 66.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 348.59 g; W tym cukry: 110.82 g; Błonnik pok.: 21.77 g; Sól: 3.32 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	BIAL- DSK Ubogoreszkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	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> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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> )	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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> )
	II SN	Koktajl wielooowocowy* 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% 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata zielona 10 g	Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl wielooowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Marchew gotowana z olejem () 10 000 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) ()* 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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	Jarzynowa z zacierką (bez soli)* 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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 Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Koktajl wielooowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml 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 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> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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	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 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> )					
	Wartość energetyczna: 2297.61 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; W tym cukry: 145.46 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 1953.18 kcal; Białko ogółem: 75.55 g; Tłuszcz: 36.65 g; Kw. tł. nasy.: 10.20 g; Węglowodany ogółem: 342.55 g; W tym cukry: 139.22 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 8647.35 kcal; Białko ogółem: 205.20 g; Tłuszcz: 317.48 g; Kw. tł. nasy.: 46.97 g; Węglowodany ogółem: 1511.70 g; W tym cukry: 806.58 g; Błonnik pok.: 513.56 g; Sól: 40.53 g;	Wartość energetyczna: 2446.09 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 79.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 346.00 g; W tym cukry: 99.49 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2151.37 kcal; Białko ogółem: 55.16 g; Tłuszcz: 49.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 383.68 g; W tym cukry: 116.17 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 5.28 g;	Wartość energetyczna: 2253.08 kcal; Białko ogółem: 73.29 g; Tłuszcz: 67.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 350.75 g; W tym cukry: 138.84 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 3.19 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska
Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 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 b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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 ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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 ( <u>MLE</u> ) Filet z indyka gotowany 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 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszlet z fasoli* 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )
II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	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 ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )
Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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> ) 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 ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez jaj) 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe () 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 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> ) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ) Banan 1szt. 1 szt	
Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <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 diecie podstawową 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 Kubaś 0,3L 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Twarożek z ziołami 20 g ( <u>MLE</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt
	Wartość energetyczna: 1706.43 kcal; Białko ogółem: 74.71 g; Tłuszcz: 35.41 g; Kw. tł. nasy.: 10.96 g; Węglowodany ogółem: 280.28 g; W tym cukry: 84.66 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 3.69 g;	Wartość energetyczna: 1832.12 kcal; Białko ogółem: 84.54 g; Tłuszcz: 56.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.53 g; Węglowodany ogółem: 258.17 g; W tym cukry: 32.40 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 2069.88 kcal; Białko ogółem: 67.01 g; Tłuszcz: 43.87 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 365.93 g; W tym cukry: 140.83 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2088.35 kcal; Białko ogółem: 65.96 g; Tłuszcz: 47.12 g; Kw. tł. nasy.: 11.90 g; Węglowodany ogółem: 363.93 g; W tym cukry: 139.80 g; Błonnik pok.: 34.35 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 2363.85 kcal; Białko ogółem: 74.24 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 378.00 g; W tym cukry: 151.98 g; Błonnik pok.: 29.89 g; Sól: 2.68 g;	Wartość energetyczna: 2423.48 kcal; Białko ogółem: 72.23 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 398.07 g; W tym cukry: 180.28 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 3.45 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU 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	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Arbuz 100 g	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek świeży 50 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ.</u> ) Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Arbuz 100 g
	Obiad	Solferino () 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/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 rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml ( <u>GLU PSZ</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 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Makaron bezglutenowy 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 80 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 50 ml ( <u>MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 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> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ</u> )		Chrupki kukurydziane 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa 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 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU 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 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 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Salata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna nlg 0,5l 1 szt		Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	
	Wartość energetyczna: 1658.50 kcal; Białko ogółem: 77.67 g; Tłuszcz: 40.05 g; Kw. tł. nasy.: 7.15 g; Węglowodany ogółem: 252.01 g; W tym cukry: 51.18 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 2049.55 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 287.97 g; W tym cukry: 49.22 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 1939.82 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 51.24 g; Kw. tł. nasy.: 11.73 g; Węglowodany ogółem: 295.22 g; W tym cukry: 81.14 g; Błonnik pok.: 21.73 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2063.53 kcal; Białko ogółem: 86.36 g; Tłuszcz: 54.76 g; Kw. tł. nasy.: 12.69 g; Węglowodany ogółem: 313.83 g; W tym cukry: 83.15 g; Błonnik pok.: 21.39 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 1938.84 kcal; Białko ogółem: 63.84 g; Tłuszcz: 58.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 294.48 g; W tym cukry: 85.66 g; Błonnik pok.: 16.78 g; Sól: 2.35 g;	Wartość energetyczna: 2365.71 kcal; Białko ogółem: 77.82 g; Tłuszcz: 68.82 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 364.30 g; W tym cukry: 115.32 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 4.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska
2024-05-29 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE</u> ) Salatka meksykańska z fasolą*(z olejem) 150 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <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 Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ) Salatka meksykańska z fasolą*(z olejem) 150 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )
	II ŚN	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 40 g	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 () 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 b/c () 100 g Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <u>GOR</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/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 po francusku z olejem b/c () 100 g Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <u>GOR</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/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> ) 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 Filet z indyka gotowany 80 g 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 (bez glutenu) () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu) 80 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 () 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
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopt 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> )	
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <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> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka 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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek świeży 50 g	Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )
		Wartość energetyczna: 1836.79 kcal; Białko ogółem: 81.07 g; Tłuszcz: 48.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.36 g; Węglowodany ogółem: 273.09 g; W tym cukry: 54.02 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2012.58 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 74.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 256.87 g; W tym cukry: 50.38 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 1946.18 kcal; Białko ogółem: 65.89 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 11.18 g; Węglowodany ogółem: 303.57 g; W tym cukry: 84.54 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 1790.65 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 45.30 g; Kw. tł. nasy.: 11.38 g; Węglowodany ogółem: 280.96 g; W tym cukry: 83.41 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2046.50 kcal; Białko ogółem: 86.22 g; Tłuszcz: 60.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 295.44 g; W tym cukry: 102.20 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 2.22 g;	Wartość energetyczna: 2552.46 kcal; Białko ogółem: 79.33 g; Tłuszcz: 89.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 367.51 g; W tym cukry: 117.85 g; Błonnik pok.: 25.99 g; Sól: 4.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	
2024-05-30 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyszdra 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 ( <u>MLE</u> )		
	Obiad	Ziemiaczana (bez mleka) () 200 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/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 () b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemiaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, 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 * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, 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 * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Risotto wegetariańskie* 350 g ( <u>SEL.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 120 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 ( <u>MLE</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml			
	Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr. rozdr.wędz.parzo.z dodat.wodyw osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Salata zielona 10 g	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )	
	Wartość energetyczna: 1617.76 kcal; Białko ogółem: 68.62 g; Tłuszcz: 45.16 g; Kw. tł. nasy.: 10.29 g; Węglowodany ogółem: 240.29 g; W tym cukry: 58.97 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 4.14 g;	Wartość energetyczna: 2171.23 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz: 77.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 290.91 g; W tym cukry: 53.30 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 1995.96 kcal; Białko ogółem: 60.65 g; Tłuszcz: 48.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.09 g; Węglowodany ogółem: 343.44 g; W tym cukry: 121.71 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 1975.35 kcal; Białko ogółem: 65.59 g; Tłuszcz: 51.51 g; Kw. tł. nasy.: 11.39 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; W tym cukry: 117.48 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sól: 3.29 g;	Wartość energetyczna: 2129.39 kcal; Białko ogółem: 66.07 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 322.48 g; W tym cukry: 128.53 g; Błonnik pok.: 17.05 g; Sól: 2.69 g;	Wartość energetyczna: 2219.93 kcal; Białko ogółem: 49.58 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 354.57 g; W tym cukry: 138.86 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 5.01 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Szyńska wieprzowa gotowana 40 g	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) 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 ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pasta z brokuła * 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Biszkopt 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> )
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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 b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 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 (bez jaj) 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko w sosie waniliowym 200 g ( <u>MLE.</u> )
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Twarożek 70 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 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatką wieprzowej 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <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> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na 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 ( <u>MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ogórek kiszony 50 g	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )
		Wartość energetyczna: 1333.89 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz: 27.78 g; Kw. tł. nasy.: 8.30 g; Węglowodany ogółem: 204.94 g; W tym cukry: 50.93 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 1781.75 kcal; Białko ogółem: 80.76 g; Tłuszcz: 64.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 233.33 g; W tym cukry: 33.60 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 1810.57 kcal; Białko ogółem: 62.93 g; Tłuszcz: 51.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; Węglowodany ogółem: 282.31 g; W tym cukry: 93.56 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 3.72 g;	Wartość energetyczna: 1728.55 kcal; Białko ogółem: 66.34 g; Tłuszcz: 39.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.57 g; Węglowodany ogółem: 283.39 g; W tym cukry: 84.48 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 1999.66 kcal; Białko ogółem: 76.07 g; Tłuszcz: 60.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 297.52 g; W tym cukry: 109.89 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 3.22 g;	Wartość energetyczna: 2286.32 kcal; Białko ogółem: 86.57 g; Tłuszcz: 69.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; W tym cukry: 119.44 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 5.03 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 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 Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Hummus 70 g ( <u>SEZ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )
	II SN	Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ.</u> )		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 200 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 90 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* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU, JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU, JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU, JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi z serem* 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Melón 100 g Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )	Melón 100 g Chrupki kukurydziane 20 g		Melón 100 g Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ) Melón 100 g
	Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GÓR, SÓZ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyszdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyszdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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 ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <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
	PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Pomidor 50 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	
		Wartość energetyczna: 1582.02 kcal; Białko ogółem: 79.30 g; Tłuszcz: 41.46 g; Kw. tł. nasy.: 10.87 g; Węglowodany ogółem: 232.27 g; W tym cukry: 50.09 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2193.88 kcal; Białko ogółem: 106.73 g; Tłuszcz: 72.27 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 293.52 g; W tym cukry: 60.07 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 1886.96 kcal; Białko ogółem: 80.96 g; Tłuszcz: 48.65 g; Kw. tł. nasy.: 12.82 g; Węglowodany ogółem: 295.57 g; W tym cukry: 76.67 g; Błonnik pok.: 28.53 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 1916.12 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 48.95 g; Kw. tł. nasy.: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 297.15 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 4.03 g;	Wartość energetyczna: 2132.50 kcal; Białko ogółem: 80.51 g; Tłuszcz: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 325.76 g; W tym cukry: 120.16 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 3.01 g;	Wartość energetyczna: 2567.54 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 89.46 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 341.26 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 5.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 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.wodyw osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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.wodyw osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )
	II SN	Jabłko 1 szt 1 szt Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )
	Obiad	Grysikowa () 200 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sałata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 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 gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g 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 warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie 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> ) 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 ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie 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> ) 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 ( <u>MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 32 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 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 ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )
		Wartość energetyczna: 1619.77 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 45.60 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; Węglowodany ogółem: 206.85 g; W tym cukry: 46.49 g; Błonnik pok.: 15.06 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 1997.93 kcal; Białko ogółem: 107.50 g; Tłuszcz: 69.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 245.92 g; W tym cukry: 46.50 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 1919.98 kcal; Białko ogółem: 76.89 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw. tł. nasy.: 15.27 g; Węglowodany ogółem: 276.89 g; W tym cukry: 83.91 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 1811.37 kcal; Białko ogółem: 69.08 g; Tłuszcz: 56.32 g; Kw. tł. nasy.: 14.88 g; Węglowodany ogółem: 272.72 g; W tym cukry: 87.74 g; Błonnik pok.: 26.60 g; Sól: 4.24 g;	Wartość energetyczna: 2163.17 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 279.84 g; W tym cukry: 92.47 g; Błonnik pok.: 15.70 g; Sól: 2.58 g;	Wartość energetyczna: 2024.04 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 51.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 303.09 g; W tym cukry: 100.90 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sól: 3.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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> ) 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 60 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 mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ</u> ) Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Arbuz 100 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 200 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c () 100g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <u>GOR.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c () 100g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 120 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Makaron bezglutenowy 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml ( <u>SEL.</u> ) Dyńia z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Wafle ryżowe 30 g			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g	Drożdźówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )
	Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g 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 ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	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 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> ) 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 ( <u>MLE</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g 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 ( <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> ) Paszet wegetariański () 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g
PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek świeży 40 g	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )		Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	
	Wartość energetyczna: 1649.87 kcal; Białko ogółem: 77.07 g; Tłuszcz: 34.83 g; Kw. tł. nasy.: 9.93 g; Węglowodany ogółem: 267.32 g; W tym cukry: 57.45 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 2137.71 kcal; Białko ogółem: 91.35 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kw. tł. nasy.: 17.62 g; Węglowodany ogółem: 318.00 g; W tym cukry: 63.18 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 1988.82 kcal; Białko ogółem: 72.78 g; Tłuszcz: 48.44 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 323.48 g; W tym cukry: 77.25 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 1992.26 kcal; Białko ogółem: 74.22 g; Tłuszcz: 49.20 g; Kw. tł. nasy.: 11.08 g; Węglowodany ogółem: 316.21 g; W tym cukry: 73.51 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 3.46 g;	Wartość energetyczna: 1946.37 kcal; Białko ogółem: 67.08 g; Tłuszcz: 54.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 300.68 g; W tym cukry: 90.40 g; Błonnik pok.: 17.54 g; Sól: 2.33 g;	Wartość energetyczna: 2414.56 kcal; Białko ogółem: 84.71 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 360.65 g; W tym cukry: 127.06 g; Błonnik pok.: 22.76 g; Sól: 4.93 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.latroprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska
2024-06-04 wtorek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g 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> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z soczewicy * 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ) Sałata 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	Wielowarzynna 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	Wielowarzynna 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	Wielowarzynna z zacierką(*) (bez 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 ( <u>SEL.</u> ) 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	Wielowarzynna 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
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</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 Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 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 diecie 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 diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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 diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )
		Wartość energetyczna: 1838.76 kcal; Białko ogółem: 100.94 g; Tłuszcz: 41.07 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 276.17 g; W tym cukry: 74.69 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 1869.54 kcal; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 249.70 g; W tym cukry: 45.58 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2022.58 kcal; Białko ogółem: 75.23 g; Tłuszcz: 48.32 g; Kw. tł. nasy.: 11.23 g; Węglowodany ogółem: 334.13 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 22.30 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 1984.82 kcal; Białko ogółem: 66.34 g; Tłuszcz: 42.67 g; Kw. tł. nasy.: 10.68 g; Węglowodany ogółem: 345.74 g; W tym cukry: 115.00 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sól: 3.85 g;	Wartość energetyczna: 2239.69 kcal; Białko ogółem: 80.59 g; Tłuszcz: 66.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 336.05 g; W tym cukry: 71.72 g; Błonnik pok.: 21.42 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 2542.18 kcal; Białko ogółem: 90.46 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 388.59 g; W tym cukry: 101.20 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 3.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	
2024-06-05 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka-wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka-wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )
	II ŚN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Ogórek świeży 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Ogórek świeży 50 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )
Obiad	Ziemiaczana () 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemiaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml ( <u>SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kotlet z jaj 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Arbuz 100 g Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )	Arbuz 100 g Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		Arbuz 100 g Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Arbuz 100 g Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )
Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Sereka la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 20 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt
<p>Wartość energetyczna: 1585.39 kcal; Białko ogółem: 82.75 g; Tłuszcz: 35.14 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 239.12 g; W tym cukry: 58.84 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sól: 4.98 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2245.95 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 67.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 323.55 g; W tym cukry: 72.04 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 6.83 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2220.46 kcal; Białko ogółem: 80.67 g; Tłuszcz: 49.62 g; Kw. tł. nasy.: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 369.92 g; W tym cukry: 94.19 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 6.54 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2126.30 kcal; Białko ogółem: 76.83 g; Tłuszcz: 46.35 g; Kw. tł. nasy.: 12.98 g; Węglowodany ogółem: 356.86 g; W tym cukry: 82.28 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 4.05 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2569.79 kcal; Białko ogółem: 76.89 g; Tłuszcz: 71.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 411.28 g; W tym cukry: 132.40 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 2.23 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2515.58 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 91.19 g; Kw. tł. nasy.: 40.95 g; Węglowodany ogółem: 351.20 g; W tym cukry: 97.93 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 6.00 g;</p>							

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Salatka meksykańska z fasolą* (z olejem) 150 g ( <u>SEL.</u> ) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU 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> ) Schab gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Salatka meksykańska z fasolą* (z olejem) 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 32 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> ) Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Obiad	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 z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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 z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 80 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 80 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Gulasz sojowy z warzywami* 230 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )		Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa 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 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasagrubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <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 100 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka 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 diecie podstawową z sałatą 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> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Salata zielona 10 g	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> )	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: 1851.52 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz: 52.33 g; Kw. tł. nasy.: 13.58 g; Węglowodany ogółem: 268.39 g; W tym cukry: 57.27 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2250.68 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 79.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 307.84 g; W tym cukry: 48.39 g; Błonnik pok.: 33.05 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2086.62 kcal; Białko ogółem: 68.01 g; Tłuszcz: 52.90 g; Kw. tł. nasy.: 11.09 g; Węglowodany ogółem: 339.21 g; W tym cukry: 81.01 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 1894.38 kcal; Białko ogółem: 73.74 g; Tłuszcz: 48.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 302.77 g; W tym cukry: 77.57 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 3.34 g;	Wartość energetyczna: 2185.97 kcal; Białko ogółem: 78.19 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 324.29 g; W tym cukry: 70.99 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 3158.49 kcal; Białko ogółem: 133.07 g; Tłuszcz: 101.48 g; Kw. tł. nasy.: 38.50 g; Węglowodany ogółem: 427.69 g; W tym cukry: 98.47 g; Błonnik pok.: 36.08 g; Sól: 5.58 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Melón 200 g	Chleb żytni razowy 32 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		Melón 200 g Sok przecierowy Kubiś 0,3L 1 szt		
	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.</u> ) Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 120 g 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 drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 120 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE.</u> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel wp gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona.z dod.wody,białka wp 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ogórek świeży 50 g			Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	
	Wartość energetyczna: 1612.52 kcal; Białko ogółem: 77.30 g; Tłuszcz: 33.94 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 263.57 g; W tym cukry: 92.90 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 1894.03 kcal; Białko ogółem: 83.25 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 269.57 g; W tym cukry: 54.13 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 5.01 g;	Wartość energetyczna: 1756.21 kcal; Białko ogółem: 58.99 g; Tłuszcz: 44.21 g; Kw. tł. nasy.: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 293.55 g; W tym cukry: 110.64 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 1801.61 kcal; Białko ogółem: 61.97 g; Tłuszcz: 49.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.79 g; Węglowodany ogółem: 291.78 g; W tym cukry: 109.70 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2387.76 kcal; Białko ogółem: 69.75 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 374.39 g; W tym cukry: 154.72 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2380.64 kcal; Białko ogółem: 76.42 g; Tłuszcz: 72.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 367.13 g; W tym cukry: 167.70 g; Błonnik pok.: 30.57 g; Sól: 4.72 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g 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> ) Schab gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <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 ŚN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 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) 90 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 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, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 160 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 90 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	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Kotlety z brokula* 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g		Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Sałata z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałata z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</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 60 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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU 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> ) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU 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 Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g	Wafle ryżowe 30 g		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 1886.41 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 49.46 g; Kw. tł. nasy.: 11.47 g; Węglowodany ogółem: 291.22 g; W tym cukry: 78.82 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 4.85 g;	Wartość energetyczna: 2154.66 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 77.60 g; Kw. tł. nasy.: 16.88 g; Węglowodany ogółem: 292.96 g; W tym cukry: 41.32 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 1897.04 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; Tłuszcz: 42.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.85 g; Węglowodany ogółem: 312.69 g; W tym cukry: 79.44 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 1851.54 kcal; Białko ogółem: 77.35 g; Tłuszcz: 39.92 g; Kw. tł. nasy.: 10.82 g; Węglowodany ogółem: 306.56 g; W tym cukry: 89.81 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2289.16 kcal; Białko ogółem: 85.42 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 329.36 g; W tym cukry: 113.90 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sól: 2.50 g;	Wartość energetyczna: 2620.15 kcal; Białko ogółem: 81.64 g; Tłuszcz: 89.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.29 g; Węglowodany ogółem: 300.94 g; W tym cukry: 110.57 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sól: 4.88 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <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 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	II SN	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata 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 ( <u>MLE</u> )	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 200 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Mizeria 100 g ( <u>MLE</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Mizeria 100 g ( <u>MLE</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 80 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos własny (bez glutenu) 50 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi z truskawkami * 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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 ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany 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	Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )
		Wartość energetyczna: 1605.91 kcal; Białko ogółem: 71.26 g; Tłuszcz: 29.90 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 273.24 g; W tym cukry: 97.83 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 3.97 g;	Wartość energetyczna: 1855.76 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz: 61.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 250.47 g; W tym cukry: 44.22 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2017.60 kcal; Białko ogółem: 65.12 g; Tłuszcz: 41.52 g; Kw. tł. nasy.: 11.94 g; Węglowodany ogółem: 359.52 g; W tym cukry: 154.05 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 1853.20 kcal; Białko ogółem: 69.79 g; Tłuszcz: 40.70 g; Kw. tł. nasy.: 11.77 g; Węglowodany ogółem: 314.48 g; W tym cukry: 121.58 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sól: 3.68 g;	Wartość energetyczna: 2133.35 kcal; Białko ogółem: 72.12 g; Tłuszcz: 59.50 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 336.98 g; W tym cukry: 147.49 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 2.02 g;	Wartość energetyczna: 2303.27 kcal; Białko ogółem: 66.36 g; Tłuszcz: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 376.30 g; W tym cukry: 168.31 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 3.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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	
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>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</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> , ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona.z dod.wody,bialka wp 35 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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 Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona.z dod.wody,bialka wp 35 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , )	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 ŚN	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 cytrynowym 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> , ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> , ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU</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 cytrynowym 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		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 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: 2.87 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: 1335.84 kcal; Białko ogółem: 27.87 g; Tłuszcz: 9.17 g; Kw. tł. nasy.: 1.20 g; Węglowodany ogółem: 298.11 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 2.33 g;	Wartość energetyczna: 1661.77 kcal; Białko ogółem: 58.85 g; Tłuszcz: 27.58 g; Kw. tł. nasy.: 5.69 g; Węglowodany ogółem: 301.29 g; W tym cukry: 43.45 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 2.57 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: 696.58 kcal; Białko ogółem: 14.57 g; Tłuszcz: 5.18 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 149.73 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 6.16 g; Sól: 0.19 g;	Wartość energetyczna: 1200.20 kcal; Białko ogółem: 23.98 g; Tłuszcz: 10.05 g; Kw. tł. nasy.: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 260.01 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sól: 1.77 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Baton szynkowy z kurczątkiem 35 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	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 ( <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 gotowane puree () 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <u>GLU PSZ</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 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> )	
	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> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szyngowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	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 ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) 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: 1329.67 kcal; Białko ogółem: 28.38 g; Tłuszcz: 9.23 g; Kw. tł. nasy.: 1.20 g; Węglowodany ogółem: 295.49 g; W tym cukry: 47.77 g; Błonnik pok.: 19.30 g; Sól: 2.33 g;	Wartość energetyczna: 1701.55 kcal; Białko ogółem: 62.53 g; Tłuszcz: 32.50 g; Kw. tł. nasy.: 5.06 g; Węglowodany ogółem: 295.83 g; W tym cukry: 42.99 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 4.36 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: 696.58 kcal; Białko ogółem: 14.57 g; Tłuszcz: 5.18 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 149.73 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 6.16 g; Sól: 0.19 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-05-29 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> ) Szywnowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.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 ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabiko 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> )	
	Kolejca	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> ) Szywnowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	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: 1335.84 kcal; Białko ogółem: 27.87 g; Tłuszcz: 9.17 g; Kw. tł. nasy.: 1.20 g; Węglowodany ogółem: 298.11 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 2.33 g;	Wartość energetyczna: 1638.27 kcal; Białko ogółem: 55.01 g; Tłuszcz: 21.27 g; Kw. tł. nasy.: 2.93 g; Węglowodany ogółem: 313.56 g; W tym cukry: 37.28 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 4.61 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: 696.58 kcal; Białko ogółem: 14.57 g; Tłuszcz: 5.18 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 149.73 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 6.16 g; Sól: 0.19 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-05-30 czwartek	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> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 35g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )
	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> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	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 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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynkowa dębowa kiel.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 ( <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		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: 1351.24 kcal; Białko ogółem: 29.19 g; Tłuszcz: 10.77 g; Kw. tł. nasy.: 2.45 g; Węglowodany ogółem: 296.33 g; W tym cukry: 56.80 g; Błonnik pok.: 18.25 g; Sól: 2.42 g;	Wartość energetyczna: 1621.16 kcal; Białko ogółem: 54.37 g; Tłuszcz: 29.64 g; Kw. tł. nasy.: 5.52 g; Węglowodany ogółem: 289.09 g; W tym cukry: 42.84 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 4.44 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: 703.78 kcal; Białko ogółem: 15.39 g; Tłuszcz: 6.06 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 147.55 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 4.64 g; Sól: 0.18 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ 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> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 35 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	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 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 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
	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 ( <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	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	Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp. 35 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	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	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: 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: 1335.84 kcal; Białko ogółem: 27.87 g; Tłuszcz: 9.17 g; Kw. tł. nasy.: 1.20 g; Węglowodany ogółem: 298.11 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 2.33 g;	Wartość energetyczna: 1701.38 kcal; Białko ogółem: 56.97 g; Tłuszcz: 27.26 g; Kw. tł. nasy.: 4.64 g; Węglowodany ogółem: 308.47 g; W tym cukry: 43.14 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 3.18 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: 703.78 kcal; Białko ogółem: 15.39 g; Tłuszcz: 6.06 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 147.55 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 4.64 g; Sól: 0.18 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-06-01 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 dębowa drobiowa kielbasa 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 SN	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, SÓL</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: 507.91 kcal; Białko ogółem: 7.30 g; Tłuszcz: 0.90 g; Kw. tł. nasy.: 0.19 g; Węglowodany ogółem: 120.29 g; W tym cukry: 40.07 g; Błonnik pok.: 5.68 g; Sól: 0.21 g;	Wartość energetyczna: 1269.95 kcal; Białko ogółem: 27.58 g; Tłuszcz: 8.83 g; Kw. tł. nasy.: 1.17 g; Węglowodany ogółem: 281.92 g; W tym cukry: 47.90 g; Błonnik pok.: 17.80 g; Sól: 2.32 g;	Wartość energetyczna: 1797.43 kcal; Białko ogółem: 66.22 g; Tłuszcz: 29.94 g; Kw. tł. nasy.: 7.12 g; Węglowodany ogółem: 324.66 g; W tym cukry: 51.85 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 5.39 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: 703.78 kcal; Białko ogółem: 15.39 g; Tłuszcz: 6.06 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 147.55 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 4.64 g; Sól: 0.18 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-06-02 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> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osl.niejad 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osl.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 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 ( <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 pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, 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: 541.06 kcal; Białko ogółem: 9.82 g; Tłuszcz: 2.02 g; Kw. tł. nasy.: 0.48 g; Węglowodany ogółem: 125.10 g; W tym cukry: 39.89 g; Błonnik pok.: 8.23 g; Sól: 0.66 g;	Wartość energetyczna: 1357.69 kcal; Białko ogółem: 27.74 g; Tłuszcz: 11.78 g; Kw. tł. nasy.: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 297.97 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 19.35 g; Sól: 2.34 g;	Wartość energetyczna: 1785.66 kcal; Białko ogółem: 52.77 g; Tłuszcz: 25.52 g; Kw. tł. nasy.: 4.31 g; Węglowodany ogółem: 337.21 g; W tym cukry: 42.06 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 5.94 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: 703.78 kcal; Białko ogółem: 15.39 g; Tłuszcz: 6.06 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 147.55 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 4.64 g; Sól: 0.18 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ 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> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓL</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 SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabiko 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 gotowane puree () 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabiko 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> )	
	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 PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynka od 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 ( <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	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	
		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: 1388.35 kcal; Białko ogółem: 26.09 g; Tłuszcz: 9.98 g; Kw. tł. nasy.: 1.13 g; Węglowodany ogółem: 305.95 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 19.40 g; Sól: 2.32 g;	Wartość energetyczna: 1820.25 kcal; Białko ogółem: 60.16 g; Tłuszcz: 29.88 g; Kw. tł. nasy.: 5.52 g; Węglowodany ogółem: 332.59 g; W tym cukry: 43.90 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 4.87 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: 749.09 kcal; Białko ogółem: 12.79 g; Tłuszcz: 5.99 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 157.57 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 6.23 g; Sól: 0.18 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-06-04 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>ZYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 35g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</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>ZYT</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 200g 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> )	
	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</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</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>ZYT</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU</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>ZYT</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: 1367.50 kcal; Białko ogółem: 26.09 g; Tłuszcz: 9.74 g; Kw. tł. nasy.: 1.13 g; Węglowodany ogółem: 302.01 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 19.13 g; Sól: 2.32 g;	Wartość energetyczna: 1769.91 kcal; Białko ogółem: 57.48 g; Tłuszcz: 24.66 g; Kw. tł. nasy.: 4.19 g; Węglowodany ogółem: 330.90 g; W tym cukry: 42.06 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 4.93 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: 743.68 kcal; Białko ogółem: 16.69 g; Tłuszcz: 6.80 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 154.35 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 4.64 g; Sól: 0.18 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-06-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u> , ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u> , ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u> , ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 35g ( <u>może zawierać: MLE</u> , <u>GOR</u> , ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</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>ZYT</u> , ) 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 ( <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> , ) Pieczeń rzymska wieprzowa 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> , )	
	Kolekcja	Ryż 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>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</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , ) Baton szynkowy z kurcząt 35 g ( <u>może zawierać: GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</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>ZYT</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 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: 2.81 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: 1336.91 kcal; Białko ogółem: 29.25 g; Tłuszcz: 10.90 g; Kw. tł. nasy.: 1.49 g; Węglowodany ogółem: 293.69 g; W tym cukry: 47.99 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 2.33 g;	Wartość energetyczna: 1702.13 kcal; Białko ogółem: 59.55 g; Tłuszcz: 30.22 g; Kw. tł. nasy.: 5.27 g; Węglowodany ogółem: 303.66 g; W tym cukry: 28.50 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 4.11 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: 696.58 kcal; Białko ogółem: 14.57 g; Tłuszcz: 5.18 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 149.73 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 6.16 g; Sól: 0.19 g;	Wartość energetyczna: 1200.20 kcal; Białko ogółem: 23.98 g; Tłuszcz: 10.05 g; Kw. tł. nasy.: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 260.01 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sól: 1.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <u>GLU PSZ 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> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓL</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 truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )
	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> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Wafle tortowe 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	
	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	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	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 ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	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: 1401.55 kcal; Białko ogółem: 29.71 g; Tłuszcz: 11.16 g; Kw. tł. nasy.: 2.38 g; Węglowodany ogółem: 303.29 g; W tym cukry: 56.05 g; Błonnik pok.: 17.79 g; Sól: 2.49 g;	Wartość energetyczna: 1673.20 kcal; Białko ogółem: 57.77 g; Tłuszcz: 30.98 g; Kw. tł. nasy.: 6.39 g; Węglowodany ogółem: 301.03 g; W tym cukry: 44.96 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 4.06 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: 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: 1200.20 kcal; Białko ogółem: 23.98 g; Tłuszcz: 10.05 g; Kw. tł. nasy.: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 260.01 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sól: 1.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-06-07 piątek	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> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona.z dod.wody,bialka 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 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 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> )
	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 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 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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Szyngowa dębowa kiel wp.gr rozdz.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 ŻYT,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	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: 1352.05 kcal; Białko ogółem: 25.20 g; Tłuszcz: 9.68 g; Kw. tł. nasy.: 1.09 g; Węglowodany ogółem: 298.06 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sól: 2.32 g;	Wartość energetyczna: 1626.98 kcal; Białko ogółem: 54.67 g; Tłuszcz: 25.23 g; Kw. tł. nasy.: 4.26 g; Węglowodany ogółem: 301.82 g; W tym cukry: 43.14 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 3.78 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: 725.76 kcal; Białko ogółem: 15.39 g; Tłuszcz: 5.30 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 156.14 g; W tym cukry: 39.06 g; Błonnik pok.: 6.59 g; Sól: 0.20 g;	Wartość energetyczna: 1200.20 kcal; Białko ogółem: 23.98 g; Tłuszcz: 10.05 g; Kw. tł. nasy.: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 260.01 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sól: 1.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-06-08 sobota	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 ZYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 35g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</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
	II ŚN	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 ( <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 gotowane puree () 180 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	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 ( <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> )	
	Kolekcja	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> ) Szyńka Beskidzka- wieprzowa parzona 35 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podplomyki 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 Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) 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.: 0.26 g; Węglowodany ogółem: 118.35 g; W tym cukry: 38.46 g; Błonnik pok.: 6.32 g; Sól: 0.21 g;	Wartość energetyczna: 1321.89 kcal; Białko ogółem: 28.04 g; Tłuszcz: 9.36 g; Kw. tł. nasy.: 1.11 g; Węglowodany ogółem: 292.79 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 17.42 g; Sól: 2.32 g;	Wartość energetyczna: 1589.11 kcal; Białko ogółem: 52.49 g; Tłuszcz: 22.31 g; Kw. tł. nasy.: 3.55 g; Węglowodany ogółem: 299.66 g; W tym cukry: 42.83 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 4.29 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: 1204.40 kcal; Białko ogółem: 24.60 g; Tłuszcz: 10.39 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 258.63 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 16.56 g; Sól: 1.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-06-09 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 ZYT</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 ZYT</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
	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> ) 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> )	
	Kolejca	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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Poledwica Sopotka 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 ZYT</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: 1317.69 kcal; Białko ogółem: 27.42 g; Tłuszcz: 9.02 g; Kw. tł. nasy.: 1.18 g; Węglowodany ogółem: 294.17 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 18.94 g; Sól: 2.33 g;	Wartość energetyczna: 1690.34 kcal; Białko ogółem: 55.92 g; Tłuszcz: 25.79 g; Kw. tł. nasy.: 4.91 g; Węglowodany ogółem: 310.86 g; W tym cukry: 42.83 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 4.82 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: 1305.97 kcal; Białko ogółem: 26.45 g; Tłuszcz: 10.24 g; Kw. tł. nasy.: 1.99 g; Węglowodany ogółem: 284.81 g; W tym cukry: 26.97 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 2.01 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.łt.	
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	Bulka 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 60 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 60 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 JECZ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g	Chleb żytni razowy 64 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 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	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 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>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez jaj) 50 g ( <u>GLU PSZ</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* 50 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> ) 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		
	Kolacja	Bulka 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 60 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 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatką wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb 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 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 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 Kubaś 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 Kubaś 0,3L 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1277.73 kcal; Białko ogółem: 65.40 g; Tłuszcz: 13.12 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 230.77 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 2.20 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: 1962.19 kcal; Białko ogółem: 51.45 g; Tłuszcz: 34.99 g; Kw. tł. nasy.: 8.78 g; Węglowodany ogółem: 375.59 g; W tym cukry: 141.97 g; Błonnik pok.: 37.51 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 1862.82 kcal; Białko ogółem: 50.38 g; Tłuszcz: 35.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.68 g; Węglowodany ogółem: 351.61 g; W tym cukry: 120.58 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 2683.21 kcal; Białko ogółem: 81.07 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 449.81 g; W tym cukry: 176.43 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2051.69 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz: 55.72 g; Kw. tł. nasy.: 17.47 g; Węglowodany ogółem: 324.97 g; W tym cukry: 127.06 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 4.30 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.łt.	
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Bulka 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 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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 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 ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, 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> ) Jabliko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Arbuz 100 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> )	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> ) Dymna 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> ) Dymna 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	Bulka 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> ) Bulka 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>SEL, GLU JECZ</u> ) Bulka 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 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> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z salata 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	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1261.64 kcal; Białko ogółem: 65.38 g; Tłuszcz: 11.32 g; Kw. tł. nasy.: 2.52 g; Węglowodany ogółem: 230.72 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.20 g; Sól: 2.19 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: 1853.85 kcal; Białko ogółem: 56.27 g; Tłuszcz: 36.67 g; Kw. tł. nasy.: 8.86 g; Węglowodany ogółem: 334.22 g; W tym cukry: 106.87 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 1881.28 kcal; Białko ogółem: 62.76 g; Tłuszcz: 38.37 g; Kw. tł. nasy.: 9.56 g; Węglowodany ogółem: 331.37 g; W tym cukry: 85.42 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 3187.09 kcal; Białko ogółem: 118.33 g; Tłuszcz: 90.09 g; Kw. tł. nasy.: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 485.24 g; W tym cukry: 123.21 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2050.25 kcal; Białko ogółem: 84.85 g; Tłuszcz: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 15.11 g; Węglowodany ogółem: 301.35 g; W tym cukry: 84.52 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 5.64 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.łl.	
2024-05-29 środa	Śniadanie	Bulka 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> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 350 ml ( <u>MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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> ) Salatka meksykańska z fasolą(z olejem) 150 g ( <u>SEL,</u> ) Salata zielona 10 g Kakao z makiem 250 ml ( <u>MLE,</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE,</u> ) Salatka meksykańska z fasolą(z olejem) 150 g ( <u>SEL,</u> ) Salata zielona 10 g Kakao z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE,</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 wiśniowym z/c 200 ml		Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml ( <u>MLE,</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml ( <u>MLE,</u> )
	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 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> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Filet z indyka gotowany 50 g 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 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 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 b/c () 100 g Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <u>GÓR,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/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 Wafle ryżowe 30 g		Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopity 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g
	Kolejca	Bulka 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> ) Bulka 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 owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW,</u> ) Bulka 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 cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	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> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g 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> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )
	Wartość energetyczna: 1314.15 kcal; Białko ogółem: 63.60 g; Tłuszcz: 12.12 g; Kw. tł. nasy.: 2.45 g; Węglowodany ogółem: 238.55 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.27 g; Sól: 2.18 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: 1666.21 kcal; Białko ogółem: 51.92 g; Tłuszcz: 29.43 g; Kw. tł. nasy.: 6.93 g; Węglowodany ogółem: 305.25 g; W tym cukry: 83.06 g; Błonnik pok.: 20.37 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 1646.11 kcal; Białko ogółem: 60.30 g; Tłuszcz: 31.18 g; Kw. tł. nasy.: 8.04 g; Węglowodany ogółem: 293.66 g; W tym cukry: 83.96 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sól: 2.83 g;	Wartość energetyczna: 3326.30 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; Tłuszcz: 106.79 g; Kw. tł. nasy.: 37.36 g; Węglowodany ogółem: 496.46 g; W tym cukry: 127.79 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2298.14 kcal; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 72.52 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 330.86 g; W tym cukry: 85.16 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sól: 6.90 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.łł.	
2024-05-30 czwartek	Śniadanie	Bulka 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> ) Bulka 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	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Bulka 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> ) Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )
	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	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	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy b/laj 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 udźca 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <u>SEL</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 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	Bulka 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 Szynkowa dębowa kiel wp gr rozdz.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 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 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	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )
	Wartość energetyczna: 1268.84 kcal; Białko ogółem: 66.20 g; Tłuszcz: 12.20 g; Kw. tł. nasy.: 2.45 g; Węglowodany ogółem: 228.54 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 15.68 g; Sól: 2.18 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: 1860.12 kcal; Białko ogółem: 47.54 g; Tłuszcz: 34.05 g; Kw. tł. nasy.: 8.23 g; Węglowodany ogółem: 359.83 g; W tym cukry: 128.78 g; Błonnik pok.: 31.29 g; Sól: 4.62 g;	Wartość energetyczna: 1925.53 kcal; Białko ogółem: 61.66 g; Tłuszcz: 35.47 g; Kw. tł. nasy.: 8.80 g; Węglowodany ogółem: 358.60 g; W tym cukry: 113.61 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 3.58 g;	Wartość energetyczna: 3203.22 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz: 89.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.35 g; Węglowodany ogółem: 512.52 g; W tym cukry: 155.91 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2040.47 kcal; Białko ogółem: 70.70 g; Tłuszcz: 57.37 g; Kw. tł. nasy.: 13.77 g; Węglowodany ogółem: 320.34 g; W tym cukry: 92.41 g; Błonnik pok.: 33.64 g; Sól: 4.49 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.łl.	
2024-05-31 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 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 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% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	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 truskawkowym z/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> )	
	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 b/jaj 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 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* 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	Jabłko w sosie waniliowym 200 g ( <u>MLE.</u> )		
	Kolejca	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 łopatką wieprzowej 30 g 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> ) 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 ( <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	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną 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	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> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
	Wartość energetyczna: 1268.84 kcal; Białko ogółem: 66.20 g; Tłuszcz: 12.20 g; Kw. tł. nasy.: 2.45 g; Węglowodany ogółem: 228.54 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 15.68 g; Sól: 2.18 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: 1636.19 kcal; Białko ogółem: 50.31 g; Tłuszcz: 32.94 g; Kw. tł. nasy.: 7.83 g; Węglowodany ogółem: 292.58 g; W tym cukry: 88.30 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 1708.36 kcal; Białko ogółem: 53.27 g; Tłuszcz: 29.50 g; Kw. tł. nasy.: 7.49 g; Węglowodany ogółem: 316.22 g; W tym cukry: 87.85 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 2703.85 kcal; Białko ogółem: 92.76 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 455.81 g; W tym cukry: 131.71 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 1809.98 kcal; Białko ogółem: 86.43 g; Tłuszcz: 48.80 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 276.31 g; W tym cukry: 72.66 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 3.97 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.łt.
2024-06-01 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> )	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )
	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 czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ</u> )		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt
	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> )	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos ziołowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU, JECZ</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Melon 100 g Chrupki kukurydziane 20 g		Melon 100 g Maślanka 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> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zapiekanek z ziemniaków i warzyw* 200 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa krusza z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</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	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 1254.67 kcal; Białko ogółem: 72.82 g; Tłuszcz: 13.83 g; Kw. tł. nasy.: 3.67 g; Węglowodany ogółem: 218.31 g; W tym cukry: 29.82 g; Błonnik pok.: 14.36 g; Sól: 2.50 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: 1722.00 kcal; Białko ogółem: 57.66 g; Tłuszcz: 32.87 g; Kw. tł. nasy.: 8.17 g; Węglowodany ogółem: 308.63 g; W tym cukry: 75.64 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 1761.81 kcal; Białko ogółem: 58.79 g; Tłuszcz: 32.33 g; Kw. tł. nasy.: 7.80 g; Węglowodany ogółem: 317.47 g; W tym cukry: 74.10 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 3.48 g;	Wartość energetyczna: 2636.23 kcal; Białko ogółem: 116.83 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 389.69 g; W tym cukry: 114.44 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2039.95 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.59 g; Węglowodany ogółem: 297.07 g; W tym cukry: 77.60 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sól: 6.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.łl.	
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	Bulka 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 łopatkki 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 salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, 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	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 Salata zielona 10 g Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Jabiko 1 szt 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )
	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> )	Gryskowa () 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	Gryskowa () 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 Salata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Gryskowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Salata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Gryskowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Salata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE</u> ) 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	Jabiko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabiko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Jabiko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ) Jabiko 1 szt 1 szt
	Kolejca	Bulka 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> ) Bulka 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/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bulka 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> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i stonecznika z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z salata 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> )		
	Wartość energetyczna: 1268.84 kcal; Białko ogółem: 66.20 g; Tłuszcz: 12.20 g; Kw. tł. nasy.: 2.45 g; Węglowodany ogółem: 228.54 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 15.68 g; Sól: 2.18 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: 1686.83 kcal; Białko ogółem: 45.54 g; Tłuszcz: 38.53 g; Kw. tł. nasy.: 7.69 g; Węglowodany ogółem: 304.26 g; W tym cukry: 85.17 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sól: 4.74 g;	Wartość energetyczna: 1740.30 kcal; Białko ogółem: 49.24 g; Tłuszcz: 42.58 g; Kw. tł. nasy.: 8.74 g; Węglowodany ogółem: 305.27 g; W tym cukry: 86.22 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 3.76 g;	Wartość energetyczna: 2844.36 kcal; Białko ogółem: 129.69 g; Tłuszcz: 85.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.86 g; Węglowodany ogółem: 398.12 g; W tym cukry: 88.13 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 2017.51 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 63.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 267.97 g; W tym cukry: 70.15 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sól: 5.34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.łt.	
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Bulka 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, SEL</u> )	Makaron 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g 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> ) 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> ) Masło krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) 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, SOZ</u> ) Miks warzyw na diecie 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>GLU PSZ, 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> ) Arbuz 100 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, SEL</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, SEL</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> ) Piaczki serniczkowe 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> ) Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Surówka 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> )	Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Bulka 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, SEL</u> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bulka 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 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bulka 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> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) 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 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: 1277.73 kcal; Białko ogółem: 65.40 g; Tłuszcz: 13.12 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 230.77 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 2.20 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: 1758.49 kcal; Białko ogółem: 55.69 g; Tłuszcz: 33.13 g; Kw. tł. nasy.: 7.57 g; Węglowodany ogółem: 319.15 g; W tym cukry: 75.62 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 1770.23 kcal; Białko ogółem: 57.10 g; Tłuszcz: 33.93 g; Kw. tł. nasy.: 7.82 g; Węglowodany ogółem: 318.82 g; W tym cukry: 75.45 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 3006.58 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; Tłuszcz: 107.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 425.63 g; W tym cukry: 133.12 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2067.67 kcal; Białko ogółem: 84.56 g; Tłuszcz: 58.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 315.41 g; W tym cukry: 88.06 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 5.46 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.łl.
2024-06-04 wtorek	Śniadanie	Bulka 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>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	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> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</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> ) Salata 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> )	Wielowarzynna z zacierką*() (bez 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 ( <u>SEL</u> ) 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	Wielowarzynna 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 wykwitnina z olejem b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna 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 () 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 Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Banan 1szt. 1 szt Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )
	Kolejca	Bulka 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> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Bulka 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> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra 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> )		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )		
		Wartość energetyczna: 1205.13 kcal; Białko ogółem: 63.62 g; Tłuszcz: 12.52 g; Kw. tł. nasy.: 2.99 g; Węglowodany ogółem: 214.99 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 15.69 g; Sól: 2.19 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: 1800.16 kcal; Białko ogółem: 50.83 g; Tłuszcz: 31.42 g; Kw. tł. nasy.: 7.70 g; Węglowodany ogółem: 337.79 g; W tym cukry: 92.44 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 1787.26 kcal; Białko ogółem: 48.38 g; Tłuszcz: 30.79 g; Kw. tł. nasy.: 7.82 g; Węglowodany ogółem: 338.22 g; W tym cukry: 92.14 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 3.61 g;	Wartość energetyczna: 3020.06 kcal; Białko ogółem: 119.97 g; Tłuszcz: 87.76 g; Kw. tł. nasy.: 39.33 g; Węglowodany ogółem: 453.45 g; W tym cukry: 75.72 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2160.10 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 17.61 g; Węglowodany ogółem: 325.44 g; W tym cukry: 98.82 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 5.00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK OZT 4 dzień	BIAŁ- DSK Papka mięsno-jarzynowy	BIAŁ- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Wysokoenergetyczna	BIAŁ- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łt.	
2024-06-05 środa	Śniadanie	Bulka 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> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW</u> ) Bulka 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 udzka kurczaka 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 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekkiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekkiem instant 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	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Koktajl wielowocowy* 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> )	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, 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	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Surówka wielowarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Surówka wielowarzynowa z olejem b/c () 100 g ( <u>SEL</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 wiśniowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle ryżowe 30 g	Arbuz 100 g Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Arbuz 100 g Wafle ryżowe 30 g
	Kolejca	Bulka 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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> ) 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Sereka 1a homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sereka 1a homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Dżem 25 g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1205.13 kcal; Białko ogółem: 63.62 g; Tłuszcz: 12.52 g; Kw. tł. nasy.: 2.99 g; Węglowodany ogółem: 214.99 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 15.69 g; Sól: 2.19 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: 1879.95 kcal; Białko ogółem: 51.92 g; Tłuszcz: 29.57 g; Kw. tł. nasy.: 8.44 g; Węglowodany ogółem: 361.05 g; W tym cukry: 84.41 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 1719.49 kcal; Białko ogółem: 51.51 g; Tłuszcz: 29.12 g; Kw. tł. nasy.: 8.11 g; Węglowodany ogółem: 320.61 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 3.50 g;	Wartość energetyczna: 3037.76 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.27 g; Węglowodany ogółem: 475.44 g; W tym cukry: 140.45 g; Błonnik pok.: 36.12 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2286.88 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz: 65.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.06 g; Węglowodany ogółem: 348.90 g; W tym cukry: 100.19 g; Błonnik pok.: 35.63 g; Sól: 5.33 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.łł.	
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	Bulka 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> ) 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 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 Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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 Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</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, SOZ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 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	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona z dod.wody,bialka wp 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> )	Chałka 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 z olejem () 100 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 z olejem () 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	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )
	Kolejca	Bulka 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 jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ</u> ) Bulka 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 jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bulka 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 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 salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z salata 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 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: 1277.73 kcal; Białko ogółem: 65.40 g; Tłuszcz: 13.12 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 230.77 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 2.20 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: 1692.92 kcal; Białko ogółem: 47.96 g; Tłuszcz: 29.82 g; Kw. tł. nasy.: 7.41 g; Węglowodany ogółem: 316.92 g; W tym cukry: 77.21 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 4.63 g;	Wartość energetyczna: 1724.13 kcal; Białko ogółem: 53.66 g; Tłuszcz: 30.90 g; Kw. tł. nasy.: 8.02 g; Węglowodany ogółem: 316.85 g; W tym cukry: 77.66 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 3.61 g;	Wartość energetyczna: 3020.19 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 87.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 455.74 g; W tym cukry: 100.74 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2223.62 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 72.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.55 g; Węglowodany ogółem: 316.00 g; W tym cukry: 68.31 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 5.45 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.łt.
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Bulka 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 Pyzdra 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, 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 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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	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> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Melon 200 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
	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>SEL, 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 białej 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, SO2, MCK</u> ) Surówka z kapusty białej 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 Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Bulka 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> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel wp gr rozdz.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 Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <u>MLE</u> ) Powidła śliwkowe 50 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )
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> )		
		Wartość energetyczna: 1318.53 kcal; Białko ogółem: 66.06 g; Tłuszcz: 13.21 g; Kw. tł. nasy.: 3.14 g; Węglowodany ogółem: 238.84 g; W tym cukry: 20.84 g; Błonnik pok.: 16.68 g; Sól: 2.20 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: 1605.22 kcal; Białko ogółem: 45.69 g; Tłuszcz: 33.28 g; Kw. tł. nasy.: 7.98 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; W tym cukry: 86.04 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 1666.27 kcal; Białko ogółem: 59.78 g; Tłuszcz: 37.00 g; Kw. tł. nasy.: 8.81 g; Węglowodany ogółem: 290.09 g; W tym cukry: 84.01 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sól: 3.49 g;	Wartość energetyczna: 3045.79 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 83.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 483.61 g; W tym cukry: 159.08 g; Błonnik pok.: 39.06 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2401.94 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 59.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 386.44 g; W tym cukry: 146.69 g; Błonnik pok.: 37.01 g; Sól: 5.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.ł.	
2024-06-08 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> )	Płatki 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	Płatki 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 Schab gotowany 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 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> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	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	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ</u> ) Jabliko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Jabliko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabliko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Jabliko 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 Potrawka drobiowa z warzywami* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 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, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 120 g 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 Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</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 Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 100 g Surówka wykwinтна z olejem b/c 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	Chrupki kukurydziane 20 g		Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> )
	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> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <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 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> )
	PN	Podplomyki 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> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 1265.84 kcal; Białko ogółem: 66.00 g; Tłuszcz: 11.66 g; Kw. tł. nasy.: 2.45 g; Węglowodany ogółem: 229.34 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 15.68 g; Sól: 2.18 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: 1789.78 kcal; Białko ogółem: 69.86 g; Tłuszcz: 33.78 g; Kw. tł. nasy.: 8.69 g; Węglowodany ogółem: 314.43 g; W tym cukry: 78.85 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 1719.15 kcal; Białko ogółem: 52.56 g; Tłuszcz: 29.67 g; Kw. tł. nasy.: 7.35 g; Węglowodany ogółem: 323.22 g; W tym cukry: 92.78 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 3.09 g;	Wartość energetyczna: 3032.49 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 88.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 472.75 g; W tym cukry: 115.19 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 2124.39 kcal; Białko ogółem: 85.77 g; Tłuszcz: 62.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.80 g; Węglowodany ogółem: 321.90 g; W tym cukry: 77.12 g; Błonnik pok.: 26.09 g; Sól: 5.27 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobiona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobiona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łl.
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	Bulka 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	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )
	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	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g 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> )	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos własny () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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	Kalaforowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet schabowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Mizeria 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaforowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Mizeria 100 g ( <u>MLE</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 Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolejca	Bulka 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> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml Bulka 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> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany z ziołami 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	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		Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ</u> )
	Wartość energetyczna: 1261.64 kcal; Białko ogółem: 65.38 g; Tłuszcz: 11.32 g; Kw. tł. nasy.: 2.52 g; Węglowodany ogółem: 230.72 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.20 g; Sól: 2.19 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: 1917.03 kcal; Białko ogółem: 49.82 g; Tłuszcz: 28.59 g; Kw. tł. nasy.: 8.12 g; Węglowodany ogółem: 379.71 g; W tym cukry: 167.56 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sól: 3.73 g;	Wartość energetyczna: 1647.58 kcal; Białko ogółem: 51.57 g; Tłuszcz: 28.33 g; Kw. tł. nasy.: 7.85 g; Węglowodany ogółem: 310.50 g; W tym cukry: 113.93 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 3.09 g;	Wartość energetyczna: 3011.11 kcal; Białko ogółem: 112.67 g; Tłuszcz: 89.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.92 g; Węglowodany ogółem: 451.76 g; W tym cukry: 101.27 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 9.08 g;	Wartość energetyczna: 1905.69 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 57.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 269.82 g; W tym cukry: 56.54 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 5.68 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Filet z indyka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW, ŻYT</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, ŻYT</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, ŻYT</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, ŻYT</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	
	II ŚN	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	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: 1930.41 kcal; Białko ogółem: 49.36 g; Tłuszcz: 45.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; Węglowodany ogółem: 341.51 g; W tym cukry: 148.61 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 2.51 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 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-05-28 wtorek	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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )		
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym 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	Solferino (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <u>JAJ</u> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml ( <u>MLE</u> ) Dyńa z wody 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Dyńa 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> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Dyńa duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa 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 Jabłko 1 szt 1 szt
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g		
	Kolejca	Kasza jaglana 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 jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) 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> ) Bulka 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	
	PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )		
		Wartość energetyczna: 1727.90 kcal; Białko ogółem: 50.24 g; Tłuszcz: 39.10 g; Kw. tł. nasy.: 16.11 g; Węglowodany ogółem: 298.09 g; W tym cukry: 91.47 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 2.00 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: 2223.74 kcal; Białko ogółem: 71.12 g; Tłuszcz: 53.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 374.52 g; W tym cukry: 109.44 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 427.38 kcal; Białko ogółem: 9.74 g; Tłuszcz: 2.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.41 g; Węglowodany ogółem: 96.46 g; W tym cukry: 28.50 g; Błonnik pok.: 10.84 g; Sól: 1.35 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-05-29 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 70 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 70 g ( <u>MLE</u> ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> )	
	II ŚN	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 <sup>2</sup> 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 <sup>2</sup> 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 <sup>2</sup> 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 Biszkopły 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	
	Kolejca	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyńka 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> ) Szyńkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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: 1935.27 kcal; Białko ogółem: 61.52 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 303.54 g; W tym cukry: 103.08 g; Błonnik pok.: 20.34 g; Sól: 1.85 g;	Wartość energetyczna: 1763.36 kcal; Białko ogółem: 62.97 g; Tłuszcz: 46.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 280.59 g; W tym cukry: 84.78 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 3.49 g;	Wartość energetyczna: 1925.48 kcal; Białko ogółem: 70.46 g; Tłuszcz: 51.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 309.42 g; W tym cukry: 100.98 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sól: 3.55 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 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-05-30 czwartek	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. 40g ( <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. 40g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	
	II SN	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> ) Szynka wieprzowa gotowana 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> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodk.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )			
		Wartość energetyczna: 1912.82 kcal; Białko ogółem: 50.29 g; Tłuszcz: 44.17 g; Kw. tł. nasy.: 16.21 g; Węglowodany ogółem: 340.17 g; W tym cukry: 126.82 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 2.96 g;	Wartość energetyczna: 2242.79 kcal; Białko ogółem: 74.83 g; Tłuszcz: 52.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 379.05 g; W tym cukry: 154.59 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2055.79 kcal; Białko ogółem: 58.42 g; Tłuszcz: 45.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 365.66 g; W tym cukry: 143.24 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 5.06 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 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN	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 Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</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	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko w sosie waniliowym 200 g ( <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 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> )		
			Wartość energetyczna: 1759.77 kcal; Białko ogółem: 58.84 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 284.34 g; W tym cukry: 96.32 g; Błonnik pok.: 20.40 g; Sól: 2.35 g;	Wartość energetyczna: 2165.86 kcal; Białko ogółem: 79.99 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; W tym cukry: 109.23 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 1890.23 kcal; Białko ogółem: 67.79 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 321.17 g; W tym cukry: 106.54 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 4.63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-01 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 SN	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> )	
	Kolacja	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 20 g 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, SO2</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: 1908.48 kcal; Białko ogółem: 64.67 g; Tłuszcz: 41.71 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; Węglowodany ogółem: 327.22 g; W tym cukry: 121.56 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 3.03 g;	Wartość energetyczna: 2097.59 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 51.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 342.31 g; W tym cukry: 122.82 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 1941.06 kcal; Białko ogółem: 70.67 g; Tłuszcz: 45.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 326.31 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 4.60 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 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-02 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 łopatki 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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	
	II SN	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	Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g ( <u>JA,J</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	Gryskowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JA,J</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Gryskowa () 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> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <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 35 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) Bulka 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> ) Bulka 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: 1805.38 kcal; Białko ogółem: 50.77 g; Tłuszcz: 53.88 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 288.65 g; W tym cukry: 98.59 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 2.13 g;	Wartość energetyczna: 2115.02 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 309.91 g; W tym cukry: 97.58 g; Błonnik pok.: 16.84 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 1785.77 kcal; Białko ogółem: 63.16 g; Tłuszcz: 42.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 294.86 g; W tym cukry: 98.40 g; Błonnik pok.: 19.68 g; Sól: 4.39 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 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-03 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> ) Dyńia 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> ) Dyńia 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> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekami 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> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g		
	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: 1815,28 kcal; Białko ogółem: 52,80 g; Tłuszcz: 39,29 g; Kw. tł. nasy.: 16,39 g; Węglowodany ogółem: 318,07 g; W tym cukry: 100,08 g; Błonnik pok.: 21,35 g; Sól: 2,20 g;	Wartość energetyczna: 2186,86 kcal; Białko ogółem: 78,39 g; Tłuszcz: 54,41 g; Kw. tł. nasy.: 24,20 g; Węglowodany ogółem: 356,42 g; W tym cukry: 115,62 g; Błonnik pok.: 21,64 g; Sól: 4,73 g;	Wartość energetyczna: 2045,81 kcal; Białko ogółem: 69,09 g; Tłuszcz: 48,65 g; Kw. tł. nasy.: 20,74 g; Węglowodany ogółem: 343,97 g; W tym cukry: 102,26 g; Błonnik pok.: 22,45 g; Sól: 4,44 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 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-04 wtorek	Śniadanie	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 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 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU, JECZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR,</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g	
	Obiad	Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 50 g ( <u>JAJ,</u> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 30 ml ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos pietruszkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Marchew oprószana z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Wielowarzynna z zacierką() 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )	
	Kolejca	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	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )		
		Wartość energetyczna: 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: 2154.94 kcal; Białko ogółem: 81.26 g; Tłuszcz: 56.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 341.47 g; W tym cukry: 66.21 g; Błonnik pok.: 20.63 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 1962.18 kcal; Białko ogółem: 63.56 g; Tłuszcz: 44.62 g; Kw. tł. nasy.: 18.32 g; Węglowodany ogółem: 337.53 g; W tym cukry: 78.88 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sól: 4.56 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 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-05 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 60 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, ŻYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW</u> ) 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	Koktajl wielooowocowy* 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 białej () 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	Arbuz 100 g Wafle ryżowe 30 g	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ) Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Arbuz 100 g Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 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: 1973.36 kcal; Białko ogółem: 66.37 g; Tłuszcz: 45.10 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 334.46 g; W tym cukry: 101.17 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 2.32 g;	Wartość energetyczna: 2221.94 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 54.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 130.77 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 1909.89 kcal; Białko ogółem: 71.62 g; Tłuszcz: 44.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; Węglowodany ogółem: 318.09 g; W tym cukry: 98.67 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 422.51 kcal; Białko ogółem: 9.58 g; Tłuszcz: 9.26 g; Kw. tł. nasy.: 1.96 g; Węglowodany ogółem: 79.58 g; W tym cukry: 17.16 g; Błonnik pok.: 6.67 g; Sól: 1.67 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-06 czwartek	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 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> ) 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 JECZ</u> )	
	II ŚN	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	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> )	
	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
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g 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	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</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: 2161.14 kcal; Białko ogółem: 85.16 g; Tłuszcz: 57.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 347.28 g; W tym cukry: 101.95 g; Błonnik pok.: 17.18 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 2020.09 kcal; Białko ogółem: 75.86 g; Tłuszcz: 51.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 334.83 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 18.00 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 404.25 kcal; Białko ogółem: 9.27 g; Tłuszcz: 2.65 g; Kw. tł. nasy.: 0.38 g; Węglowodany ogółem: 69.97 g; W tym cukry: 13.85 g; Błonnik pok.: 6.42 g; Sól: 1.61 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</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 60 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 35 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	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 Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )		
	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: 1918.34 kcal; Białko ogółem: 55.17 g; Tłuszcz: 51.56 g; Kw. tł. nasy.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 315.16 g; W tym cukry: 119.00 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 2.15 g;	Wartość energetyczna: 2118.39 kcal; Białko ogółem: 79.19 g; Tłuszcz: 59.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 327.91 g; W tym cukry: 111.42 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 1946.30 kcal; Białko ogółem: 60.08 g; Tłuszcz: 46.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 333.67 g; W tym cukry: 126.30 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 3.60 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 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Sobab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW, ŻYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <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> ) Baton szynkowy z kurczątką 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN	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 Klopsik drobiowy z udźca (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	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Potrawka drobiowa z warzywami* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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> ) Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )		
	Kolacja	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Rolada z łopatkki wieprzowej 30 g 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> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</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	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )		
		Wartość energetyczna: 1995.72 kcal; Białko ogółem: 61.01 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 333.97 g; W tym cukry: 113.01 g; Błonnik pok.: 22.01 g; Sól: 2.18 g;	Wartość energetyczna: 2404.24 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 69.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.22 g; Węglowodany ogółem: 368.33 g; W tym cukry: 122.97 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 2179.16 kcal; Białko ogółem: 81.33 g; Tłuszcz: 54.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 356.26 g; W tym cukry: 109.61 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 360.17 kcal; Białko ogółem: 8.00 g; Tłuszcz: 2.07 g; Kw. tł. nasy.: 0.32 g; Węglowodany ogółem: 61.10 g; W tym cukry: 13.98 g; Błonnik pok.: 7.46 g; Sól: 1.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ, ŻYT</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> )	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> )	
	II SN	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	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <u>JAJ</u> ) Sos własny (bez glutenu) 30 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos własny () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	Kolejca	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 35 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 35 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1890.63 kcal; Białko ogółem: 52.55 g; Tłuszcz: 42.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 334.51 g; W tym cukry: 134.25 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 1.67 g;	Wartość energetyczna: 2091.32 kcal; Białko ogółem: 69.54 g; Tłuszcz: 47.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 360.47 g; W tym cukry: 156.11 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 1944.32 kcal; Białko ogółem: 59.85 g; Tłuszcz: 41.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 347.45 g; W tym cukry: 142.18 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 3.62 g;	Wartość energetyczna: 294.96 kcal; Białko ogółem: 7.90 g; Tłuszcz: 2.47 g; Kw. tł. nasy.: 0.41 g; Węglowodany ogółem: 63.07 g; W tym cukry: 14.08 g; Błonnik pok.: 5.81 g; Sól: 1.33 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,