

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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
2024-06-10 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 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% 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 mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</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 mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)			
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pierogi leniwe () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 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>) Surowka 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>) Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt
	Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb 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 Kubaś 0,3L 1 szt			
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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
2024-06-11 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 JĘCZ</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 JĘCZ</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 JĘCZ</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	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>) Salata zielona z sosem vinegrett 60 g (<u>GOR</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>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Salata zielona z sosem vinegrett 60 g (<u>GOR</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			
	Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет 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>) Paszтет 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>) Paszтет 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: 2447.66 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 76.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 353.32 g; W tym cukry: 108.17 g; Błonnik pok.: 23.55 g; Sól: 5.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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
2024-06-12 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miks warzyw na diete 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miks warzyw na diete 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diete 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 SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle tortowe 25 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	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>) Mizeria 120 g (<u>MLE</u>) 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>) Mizeria 120 g (<u>MLE</u>) 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>) Mizeria 120 g (<u>MLE</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>) Mizeria 100 g (<u>MLE</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 JĘCZ</u>)			
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diete 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku 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: 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: 2261.03 kcal; Białko ogółem: 82.99 g; Tłuszcz: 74.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 322.75 g; W tym cukry: 106.06 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 1843.47 kcal; Białko ogółem: 73.32 g; Tłuszcz: 56.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 269.49 g; W tym cukry: 103.78 g; Błonnik pok.: 19.93 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2652.84 kcal; Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 77.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 397.91 g; W tym cukry: 107.94 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2578.02 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 96.69 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 348.05 g; W tym cukry: 105.56 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 6.22 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-13 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miksz warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miksz warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miksz warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miksz warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i selera 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 marchwi i selera 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 marchwi i selera 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 marchwi i selera z olejem () 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml			
	Kolejacja	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>) Miksz 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>) Miksz 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>) Miksz 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>) Miksz warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)			
PN	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 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: 2322.75 kcal; Białko ogółem: 69.59 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 362.08 g; W tym cukry: 143.14 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 1925.66 kcal; Białko ogółem: 61.19 g; Tłuszcz: 57.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 301.30 g; W tym cukry: 141.21 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 2524.25 kcal; Białko ogółem: 78.38 g; Tłuszcz: 74.78 g; Kw. tł. nasy.: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 395.98 g; W tym cukry: 143.35 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2439.88 kcal; Białko ogółem: 73.86 g; Tłuszcz: 79.01 g; Kw. tł. nasy.: 34.22 g; Węglowodany ogółem: 370.15 g; W tym cukry: 146.38 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 6.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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
2024-06-14 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	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g (<u>MLE</u>)			
	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>)	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>) 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2024-06-15 sobota	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
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 kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 128 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)			
Obiad		Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 220 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	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	
Kolejacja		Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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, GOR, SO2</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 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, GOR, SO2</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)			
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 1828.14 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-16 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Chleb żytni razowy 32g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 60g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni razowy 64g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20g (<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	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150g Sałata zielona z jogurtem 60g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50g Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sałata zielona z jogurtem 60g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150g Sałata zielona z jogurtem 60g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Sałata zielona z jogurtem 60g (<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 60g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 40g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 40g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 40g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g 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: 2093.91 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 284.51 g; W tym cukry: 100.40 g; Błonnik pok.: 20.80 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 1558.63 kcal; Białko ogółem: 61.38 g; Tłuszcz: 41.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 237.11 g; W tym cukry: 99.14 g; Błonnik pok.: 17.12 g; Sól: 4.38 g;	Wartość energetyczna: 2350.75 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 70.43 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 330.97 g; W tym cukry: 101.11 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2101.20 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 284.27 g; W tym cukry: 99.45 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 5.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-17 poniedziałek	Sniadanie	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: GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 128 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	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>) Surowka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Dynia 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>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Chleb mieszaný 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>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<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: 2634.52 kcal; Białko ogółem: 87.79 g; Tłuszcz: 111.14 g; Kw. tł. nasy.: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 329.46 g; W tym cukry: 137.13 g; Błonnik pok.: 17.24 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 2043.49 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 284.94 g; W tym cukry: 122.79 g; Błonnik pok.: 14.87 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2953.17 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 116.20 g; Kw. tł. nasy.: 38.80 g; Węglowodany ogółem: 388.25 g; W tym cukry: 139.24 g; Błonnik pok.: 21.22 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2190.89 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 332.87 g; W tym cukry: 103.21 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 5.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-18 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 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g			
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet drobiowy panierowany 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 120 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Kotlet drobiowy panierowany 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 120 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Kotlet drobiowy panierowany 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 120 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g 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 Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)			
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	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>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko 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: 2511.82 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 386.84 g; W tym cukry: 109.45 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2121.82 kcal; Białko ogółem: 79.82 g; Tłuszcz: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 343.33 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 2742.24 kcal; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 432.72 g; W tym cukry: 109.63 g; Błonnik pok.: 31.78 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2527.65 kcal; Białko ogółem: 99.68 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 380.65 g; W tym cukry: 113.65 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 5.97 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-19 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>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 30g (<u>RYB, SOJ</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Paprykarz szczeciński 30g (<u>RYB, SOJ</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 30g (<u>RYB, SOJ</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni razowy 64g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle tortowe 30g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)			
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Kasza kuskus/sypko 180g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 120g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Kasza kuskus/sypko 100g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 120g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Kasza kuskus/sypko 220g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 120g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Kasza kuskus/sypko 180g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100g (<u>SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren II () 250 ml	Arbuz 100g Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)			
	Kolejca	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Ser topiony 40g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Ser topiony 40g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 128g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Ser topiony 40g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Dżem 25g 1 szt			
PN	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 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: 2351.06 kcal; Białko ogółem: 78.64 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; W tym cukry: 100.53 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 1948.18 kcal; Białko ogółem: 62.01 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 290.09 g; W tym cukry: 98.71 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 5.35 g;	Wartość energetyczna: 2707.78 kcal; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 80.61 g; Kw. tł. nasy.: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 406.99 g; W tym cukry: 102.24 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2470.68 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 375.30 g; W tym cukry: 125.26 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 5.50 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-20 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszet 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 JĘCZ</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszet 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 JĘCZ</u>)	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszet 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 JĘCZ</u>)	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chałka 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	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>) Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp () 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () z mięsa wieprzowego 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 100 g Sałata 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>)			
	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>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa 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 razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	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: 2290.40 kcal; Białko ogółem: 89.73 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.60 g; Węglowodany ogółem: 326.41 g; W tym cukry: 84.61 g; Błonnik pok.: 19.31 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 1908.66 kcal; Białko ogółem: 76.38 g; Tłuszcz: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; W tym cukry: 81.66 g; Błonnik pok.: 15.35 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2483.92 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz: 79.48 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 347.73 g; W tym cukry: 86.19 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2339.11 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 327.39 g; W tym cukry: 85.55 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 6.76 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-21 piątek	II ŚN	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 ZYT</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 ZYT</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 ZYT</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 ZYT</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
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Melon 200 g Sok przecierowy Kubuś 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 JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Eskalopka z dorsza 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Eskalopka z dorsza 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	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		
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>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 40 g (<u>MLE</u>) Powidła śliwkowe 20 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Powidła śliwkowe 20 g 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 ZYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Powidła śliwkowe 20 g Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)	
	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>)				
PN	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 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: 2388.20 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz: 81.01 g; Kw. tł. nasy.: 34.50 g; Węglowodany ogółem: 351.06 g; W tym cukry: 161.33 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 2025.21 kcal; Białko ogółem: 60.67 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 310.79 g; W tym cukry: 157.26 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 2738.26 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 86.98 g; Kw. tł. nasy.: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 413.54 g; W tym cukry: 168.07 g; Błonnik pok.: 35.57 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 2484.22 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 381.00 g; W tym cukry: 172.19 g; Błonnik pok.: 35.44 g; Sól: 4.69 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-22 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL)	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15g (MLE) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15g (MLE) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15g (MLE) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (GLU PSZ, MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 300g (SEL) Ryz na sypko (brązowy) 180g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (brązowy) 90g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150g (SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (brązowy) 220g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 300g (SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (brązowy) 180g Potrawka drobiowa z warzywami* 230g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 100g Surówka wykwinna z olejem b/c 100g 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 (MLE) Chałka 50g (GLU PSZ, JAJ)			
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE)	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ) Masło extra 82% 15g (MLE) Sałatka z makaronu- dieta* 150g (GLU PSZ, SEL) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ) Masło extra 82% 10g (MLE) Sałatka z makaronu- dieta* 100g (GLU PSZ, SEL) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 10g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ) Masło extra 82% 15g (MLE) Sałatka z makaronu- dieta* 130g (GLU PSZ, SEL) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)
	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 (MLE)			
	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: 2755.53 kcal; Białko ogółem: 91.36 g; Tłuszcz: 93.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 398.85 g; W tym cukry: 113.78 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2291.90 kcal; Białko ogółem: 75.25 g; Tłuszcz: 73.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 341.38 g; W tym cukry: 109.27 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 5.18 g;	Wartość energetyczna: 3178.13 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 108.66 g; Kw. tł. nasy.: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 458.67 g; W tym cukry: 114.26 g; Błonnik pok.: 35.99 g; Sól: 8.25 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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	
2024-06-23 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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni staropolski 112 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II () 350 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mizeria 120 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ, 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	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mizeria 120 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) 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
	Kolejacja	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 diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU 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 diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko 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, SO2</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: 2332.39 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 355.32 g; W tym cukry: 146.76 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 4.59 g;	Wartość energetyczna: 1952.56 kcal; Białko ogółem: 63.81 g; Tłuszcz: 50.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 318.02 g; W tym cukry: 143.92 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 2612.74 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 411.52 g; W tym cukry: 147.94 g; Błonnik pok.: 28.77 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2316.55 kcal; Białko ogółem: 82.84 g; Tłuszcz: 62.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 368.38 g; W tym cukry: 148.45 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sól: 4.85 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 15 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 SN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 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 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>) Banana 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>) Banana 1szt. 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Banana 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Banana 1szt. 1 szt	
	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 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 łopatki wieprzowej (bez soli) 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2233.94 kcal; Białko ogółem: 72.28 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: 2.88 g;	Wartość energetyczna: 2018.98 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 30.38 g; Kw. tł. nasy.: 10.83 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: 2157.04 kcal; Białko ogółem: 74.87 g; Tłuszcz: 57.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 341.78 g; W tym cukry: 153.12 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 4.20 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 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 JĘCZ.</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	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>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Makaron z warzywami* (pełnoziarnisty) 300 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez soli) () 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty (bez soli) 180 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej (bez soli) 80 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos koperkowy *(bez soli) 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 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 jabłk () 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 15 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
2024-06-12 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>) Szyunkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 15 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE,</u>)
	II SN	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE,</u>) Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>)	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE,</u>) Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>)	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE,</u>) Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>)	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE,</u>) Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</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	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety z brokuła* 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 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	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 Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)
	Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 15 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) 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>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Wartość energetyczna: 1996.10 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 306.58 g; W tym cukry: 111.15 g; Błonnik pok.: 20.29 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-13 czwartek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 15 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Suflet mięsno-jarzynowy () 20 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Banan 1szt. 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie* 200 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) 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 (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki (bez soli) 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)			
	Wartość energetyczna: 2143.09 kcal; Białko ogółem: 63.23 g; Tłuszcz: 63.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; W tym cukry: 136.61 g; Błonnik pok.: 20.68 g; Sól: 3.61 g;	Wartość energetyczna: 2036.36 kcal; Białko ogółem: 73.70 g; Tłuszcz: 41.20 g; Kw. tł. nasy.: 10.03 g; Węglowodany ogółem: 352.74 g; W tym cukry: 116.30 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 4.10 g;	Wartość energetyczna: 2071.27 kcal; Białko ogółem: 65.88 g; Tłuszcz: 63.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 321.44 g; W tym cukry: 126.26 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 2515.94 kcal; Białko ogółem: 87.89 g; Tłuszcz: 71.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 388.43 g; W tym cukry: 160.51 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 4.64 g;	Wartość energetyczna: 1941.38 kcal; Białko ogółem: 34.17 g; Tłuszcz: 44.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 361.23 g; W tym cukry: 120.87 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 4.04 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
2024-06-14 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	Bułka 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>) 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 wanilinowym 200 g (<u>MLE</u>)					
	Kolacja	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 Banan 1szt. 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ryba faszzerowana (dorsz) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ, MCK.</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	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>)
	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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-15 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Ryż na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)
		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.)	Budyń o smaku czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy (bez soli) 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane (bez soli) () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		Maślanka 200 ml (MLE.) Melon 100 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Maślanka 200 ml (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Melon 100 g	Melon 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Maślanka 200 ml (MLE.) Melon 100 g
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)					
PN	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: 2520.03 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 74.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 376.61 g; W tym cukry: 120.40 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sól: 7.28 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-16 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 15 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatką wieprzowej (bez soli) 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podpiomyki 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>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
Obiad	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 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: 2511.12 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 92.07 g; Kw. tł. nasy.: 39.23 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; W tym cukry: 95.69 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 1670.95 kcal; Białko ogółem: 52.08 g; Tłuszcz: 45.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
2024-06-17 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 sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) 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 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 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>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 70 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	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
	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>) Piersz gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Piersz gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Piersz gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Piersz gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 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 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>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)					
		Wartość energetyczna: 2123.53 kcal; Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 54.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 342.01 g; W tym cukry: 122.74 g; Błonnik pok.: 17.36 g; Sól: 4.73 g;	Wartość energetyczna: 1810.87 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz: 27.98 g; Kw. tł. nasy.: 9.31 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; W tym cukry: 116.45 g; Błonnik pok.: 15.42 g; Sól: 4.18 g;	Wartość energetyczna: 2092.37 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 54.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 335.63 g; W tym cukry: 116.04 g; Błonnik pok.: 14.99 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 2401.24 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 378.92 g; W tym cukry: 137.19 g; Błonnik pok.: 18.06 g; Sól: 5.41 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-18 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 piastowska-wędzonka 15 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, 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, JAJ.</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, JAJ.</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, JAJ.</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, JAJ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () b/mleka (bez kalafiora) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 40 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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 () (bez soli) 180 g Roladka drobiowa (bez soli) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez soli)* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem (bez soli) () 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Chałka 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>) Szynka rodzinna-wędzonka 15 g (<u>MLE</u>) wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka 15 g (<u>MLE</u>) wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka 15 g (<u>MLE</u>) wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka 15 g (<u>MLE</u>) wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka 15 g (<u>MLE</u>) wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, 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>) Szynka rodzinna-wędzonka 15 g (<u>MLE</u>) wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</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: 2227.88 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 63.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 331.45 g; W tym cukry: 81.38 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 1992.92 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 39.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.97 g; Węglowodany ogółem: 326.74 g; W tym cukry: 81.97 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 5.44 g;	Wartość energetyczna: 2195.94 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.23 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; W tym cukry: 78.40 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 2227.88 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 63.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 331.45 g; W tym cukry: 81.38 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 1830.36 kcal; Białko ogółem: 44.23 g; Tłuszcz: 44.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 325.44 g; W tym cukry: 92.05 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sól: 4.21 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 15 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, 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>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (bez soli) 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
II ŚN	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>) Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>)					
Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza kuskus/sypko 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza kuskus/sypko 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza kuskus/sypko 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kotlet z jaj 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza kuskus/sypko (bez soli) 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez soli) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy* (bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Arbuz 100 g Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Maślanka 200 ml (<u>MLE,</u>) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Arbuz 100 g 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>)	Arbuz 100 g 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>)
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Dżem 25 g 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2346.54 kcal; Białko ogółem: 83.13 g; Tłuszcz: 61.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 367.34 g; W tym cukry: 116.71 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 2024.28 kcal; Białko ogółem: 75.45 g; Tłuszcz: 34.92 g; Kw. tł. nasy.: 10.42 g; Węglowodany ogółem: 360.48 g; W tym cukry: 111.14 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 4.34 g;	Wartość energetyczna: 2191.64 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; Tłuszcz: 55.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 97.68 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 2598.99 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 392.83 g; W tym cukry: 125.45 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2556.87 kcal; Białko ogółem: 68.22 g; Tłuszcz: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 414.47 g; W tym cukry: 106.95 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 5.99 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Mieso drobiowe gotowane z udzka kurczaka (bez soli) 50 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)		Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)
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>)
Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Miks warzyw na dietę podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)				Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
2024-06-21 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u> <u>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> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> ,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> ,) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody białka wp 40 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ,) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u> <u>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> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>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> , <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u> <u>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 ŚN	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</u> <u>PSZ, GLU, ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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, JECZ</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, JECZ</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB</u> , <u>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, JECZ</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB</u> , <u>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, JECZ</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB</u> , <u>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, JECZ</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 40 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB</u> , <u>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, JECZ</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Pulpet rybny (dorsz) (bez soli) 90 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB</u> , <u>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
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 40 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 2 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</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, JECZ</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, JECZ</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, 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> ,) 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, JECZ</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: 2359.43 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 366.33 g; W tym cukry: 140.97 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 6.02 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	
2024-06-22 sobota	Śniadanie	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>) 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>) 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 ŻYT.</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 ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszelka 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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>) 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 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	
	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>) Kotlety z brokuła* 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>)	
	Kolacja	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 sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) 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 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 Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) 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 ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatkki 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna
Śniadanie	Masło extra 82% 15 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 15 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)
	II ŚN	Koktajl wielowocowy* 200 ml (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Obiad	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.)	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 10 000 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez soli)* 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy (bez soli) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez soli) 50 ml (GLU PSZ.) 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 wielowocowy* 200 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Banan 1szt. 1 szt
Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30 g (MLE) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)				
	Wartość energetyczna: 2279.15 kcal; Białko ogółem: 82.45 g; Tłuszcz: 62.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 358.96 g; W tym cukry: 145.68 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 1934.71 kcal; Białko ogółem: 76.11 g; Tłuszcz: 34.71 g; Kw. tł. nasy.: 10.37 g; Węglowodany ogółem: 342.93 g; W tym cukry: 139.44 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 4.43 g;	Wartość energetyczna: 8628.89 kcal; Białko ogółem: 205.76 g; Tłuszcz: 315.54 g; Kw. tł. nasy.: 47.14 g; Węglowodany ogółem: 1512.08 g; W tym cukry: 806.80 g; Błonnik pok.: 513.56 g; Sól: 40.45 g;	Wartość energetyczna: 2427.63 kcal; Białko ogółem: 99.48 g; Tłuszcz: 77.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 346.39 g; W tym cukry: 99.71 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2144.45 kcal; Białko ogółem: 55.37 g; Tłuszcz: 48.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.37 g; Węglowodany ogółem: 383.82 g; W tym cukry: 116.25 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 5.26 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	
2024-06-10 poniedziałek	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-wędlna 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 JĘCZ.</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-wędlna 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 JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU 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>) Pasztet 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 JĘCZ.</u>)
		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 Surowka z kapusty białej z olejem () 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, JAJ.</u>) Fasolka szparagowa z wodą* 100 g Surowka 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 (bez jaj) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</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, JAJ.</u>) Sos koperkowy* (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 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 (bez mleka) () 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
		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 schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 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 topatki 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
		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok przecierowy Kubuś 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 Kubuś 0,3L 1 szt		Wafle ryżowe 30 g 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: 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.iatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska
2024-06-11 wtorek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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 ZYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 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 ZYT.</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 ZYT, 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 ZYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g 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>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surowka 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>) Sałata zielona z sosem vinegrett 60 g (<u>GOR.</u>) Surowka 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>) Surowka 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>) Dyńia 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>) Surowka 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>) Surowka 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 ZYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
		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: 2068.28 kcal; Białko ogółem: 92.15 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kw. tł. nasy.: 15.21 g; Węglowodany ogółem: 279.67 g; W tym cukry: 47.49 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 1914.80 kcal; Białko ogółem: 76.98 g; Tłuszcz: 49.84 g; Kw. tł. nasy.: 11.22 g; Węglowodany ogółem: 296.58 g; W tym cukry: 81.14 g; Błonnik pok.: 21.73 g; Sól: 5.64 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-06-12 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Sałatka meksykańska z fasolą*(z olejem) 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 50 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkii wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Sałatka meksykańska z fasolą*(z olejem) 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)
		Maślanka 200 ml (MLE.) Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)		Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (MLE.)	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (MLE.) Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy z indyka 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 80 g Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu) 80 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety z brokuła* 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)	
	Kolejacja	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek świeży 50 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
PN	Wartość energetyczna: 1807.78 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 45.36 g; Kw. tł. nasy.: 8.96 g; Węglowodany ogółem: 273.63 g; W tym cukry: 54.65 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 1983.57 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 257.41 g; W tym cukry: 51.01 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 7.20 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: 2500.46 kcal; Białko ogółem: 77.63 g; Tłuszcz: 89.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 357.51 g; W tym cukry: 117.29 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 4.70 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	
2024-06-13 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g		Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)
Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surowka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surowka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risiko wegetariańskie* 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) 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 (MLE.)		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml		
Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kielb.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
	Wartość energetyczna: 1581.14 kcal; Białko ogółem: 68.83 g; Tłuszcz: 41.16 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; Węglowodany ogółem: 240.35 g; W tym cukry: 60.19 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2109.17 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 291.36 g; W tym cukry: 54.62 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 7.09 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-06-14 piątek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Szynka wieprzowa gotowana 40 g	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (SOJ, MLE.) Pasta z brokoła * 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) 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 (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 80 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g (MLE.)
	Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek 70 g (MLE.) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 40 g (MLE.) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
	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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-06-15 sobota	Śniadanie II ŚN	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Hummus 70 g (SEZ.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)
		Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Salata zielona 10 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)
Obiad	Selerowa z ziemniakami () 200 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Meloni 100 g Maślanka 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Meloni 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Meloni 100 g Maślanka 200 ml (MLE.)	Maślanka 200 ml (MLE.) Meloni 100 g	
Kolejka	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	
		Wartość energetyczna: 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: 2140.24 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 295.27 g; W tym cukry: 60.18 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 1861.95 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz: 47.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; Węglowodany ogółem: 296.93 g; W tym cukry: 76.67 g; Błonnik pok.: 28.53 g; Sól: 6.14 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	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.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Roliada z topatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Roliada z topatki wieprzowej 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 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 JĘCZ.</u>)
	Jabłko 1 szt 1 szt Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Podpłomyki 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 Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podpłomyki 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 100 g Sos koperkowy*(bez mlek) 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 100 g Sos koperkowy*(bez mlek) 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 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
	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 kiełbasa 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
	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 Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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>)
PN	Wartość energetyczna: 1619.77 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 45.60 g; Kw. tł. nasy.: 15.38 g; Węglowodany ogółem: 206.85 g; W tym cukry: 46.49 g; Błonnik pok.: 15.06 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 1969.31 kcal; Białko ogółem: 104.11 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 246.11 g; W tym cukry: 46.71 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 6.97 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.: 14.68 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: 1972.04 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz: 50.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; Węglowodany ogółem: 293.09 g; W tym cukry: 100.34 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 3.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	
2024-06-17 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.) Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.) Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Arbuz 100 g
Obriad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surowka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR, SEL.) Surowka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surowka z selera i jabłka z olejem () 120 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml (SEL.) Dynia z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 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	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	
Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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 (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет wegetariański () 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	
PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek świeży 40 g	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.)		Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 1618.07 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz: 32.80 g; Kw. tł. nasy.: 9.16 g; Węglowodany ogółem: 267.71 g; W tym cukry: 57.66 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 4.63 g;	Wartość energetyczna: 2105.91 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 59.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 318.39 g; W tym cukry: 63.39 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 8.02 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska
2024-06-18 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		Wielowarzywna z zacierką*() b/mleka (bez kalafiora) 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> .) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ</u> .) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u> .) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> .) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ</u> .) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u> .) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() (bez 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, MLE</u> .) Marchew oprószana z olejem () 120 g (<u>GLU PSZ, MLE</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, MLE</u> .) Marchew oprószana z olejem () 120 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u> .) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ</u> .) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml (<u>MLE</u> .) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> .) Pierogi z serem* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u> .) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> .) Chałka 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 Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> .)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> .)	Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> .)
Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</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 Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</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 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 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 kieł.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: 1813.32 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 39.55 g; Kw. tł. nasy.: 13.54 g; Węglowodany ogółem: 276.55 g; W tym cukry: 74.69 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 1844.10 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz: 61.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 250.09 g; W tym cukry: 45.58 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 6.91 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska
Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Piers gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Piers gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
II ŚN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek świeży 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Ogórek świeży 50 g	Mus z jabłek () z/c 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.) Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.)
Obiad	Ziemniaczana () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 90 g (GLU PSZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Surowka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surowka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 90 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml (SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ.) Kotlet z jaj 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Arbuz 100 g Maślanka 200 ml (MLE.)	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 (GLU PSZ, MLE.)
Kolejka	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser topiony 40 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 20 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 1566.92 kcal; Białko ogółem: 83.31 g; Tłuszcz: 33.19 g; Kw. tł. nasy.: 10.75 g; Węglowodany ogółem: 239.50 g; W tym cukry: 59.05 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2214.77 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 324.12 g; W tym cukry: 72.36 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 7.07 g;	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;	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;	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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska
Śniadanie	Chleb żytni razowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z makiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałatka meksykańska z fasolą* (z olejem) 150 g (SEL.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Kawa z makiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (GLU PSZ, SEZ, GLU OW.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (GLU PSZ, SEZ, GLU OW.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Sałatka meksykańska z fasolą* (z olejem) 150 g (SEL.) Kawa z makiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Klopsik wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 80 g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Gulasz sojowy z warzywami * 230 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ.)	Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.)	
Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	
PN	Wartość energetyczna: 1742.62 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 42.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.00 g; Węglowodany ogółem: 261.43 g; W tym cukry: 55.06 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 2129.06 kcal; Białko ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 16.11 g; Węglowodany ogółem: 301.07 g; W tym cukry: 46.29 g; Błonnik pok.: 30.27 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 1948.62 kcal; Białko ogółem: 63.61 g; Tłuszcz: 49.90 g; Kw. tł. nasy.: 10.73 g; Węglowodany ogółem: 316.41 g; W tym cukry: 80.53 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 5.30 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: 2885.65 kcal; Białko ogółem: 129.00 g; Tłuszcz: 86.57 g; Kw. tł. nasy.: 37.39 g; Węglowodany ogółem: 395.97 g; W tym cukry: 95.06 g; Błonnik pok.: 32.59 g; Sól: 4.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	
2024-06-21 piątek	II ŚN	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na diete 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 diete 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 diete 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 diete 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 diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Melon 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		Melon 200 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		
Obiad	PD	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 młodej z olejem () 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 młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 120 g Marchew gotowana 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
		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	
PN	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diete 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 diete 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.wody w osł.niejad 20 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z topatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU 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 diete podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
		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: 1627.88 kcal; Białko ogółem: 77.24 g; Tłuszcz: 35.92 g; Kw. tł. nasy.: 10.73 g; Węglowodany ogółem: 262.91 g; W tym cukry: 92.40 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 3.98 g;	Wartość energetyczna: 1909.39 kcal; Białko ogółem: 83.19 g; Tłuszcz: 62.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 268.91 g; W tym cukry: 53.63 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 1767.05 kcal; Białko ogółem: 58.97 g; Tłuszcz: 46.60 g; Kw. tł. nasy.: 10.60 g; Węglowodany ogółem: 290.87 g; W tym cukry: 107.94 g; Błonnik pok.: 28.47 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska
Sniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) 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 (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.) 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 (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 90 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka 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 (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryz na sypko (paraboliczny) 160 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml (SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Kotlety z brokuła* 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chrupki kukurydziane 20 g		Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałatka z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałatka z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
	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: 380.94 g; W tym cukry: 110.57 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sól: 4.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.iatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska
Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE SEL, GOR.) Miks warzyw na diete podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE SEL, GOR.) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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 (MLE.)
Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 200 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizéria 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizéria 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 80 g (GLU PŚZ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 80 g (JAJ.) Sos własny (bez glutenu) 50 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Pierogi z truskawkami * 200 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Mandarynka 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	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
Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Miks warzyw na diete podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Miks warzyw na diete lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)
	Wartość energetyczna: 1587.45 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz: 27.96 g; Kw. tł. nasy.: 10.75 g; Węglowodany ogółem: 273.63 g; W tym cukry: 98.05 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 3.90 g;	Wartość energetyczna: 1837.30 kcal; Białko ogółem: 86.72 g; Tłuszcz: 59.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 250.85 g; W tym cukry: 44.44 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 6.04 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 35 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 35 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Kolacja	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 524.45 kcal; Białko ogółem: 9.02 g; Tłuszcz: 2.67 g; Kw. tł. nasy.: 0.49 g; Węglowodany ogółem: 119.42 g; W tym cukry: 40.40 g; Błonnik pok.: 7.05 g; Sól: 0.21 g;	Wartość energetyczna: 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień
2024-06-11 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 kurcząt 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>)	
	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>) Szyngowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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
2024-06-12 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>) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodak.wody w ost.niejad 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>) Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	
	Kolacja	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	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>) 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 25 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: 1617.42 kcal; Białko ogółem: 55.01 g; Tłuszcz: 21.03 g; Kw. tł. nasy.: 2.93 g; Węglowodany ogółem: 309.63 g; W tym cukry: 37.28 g; Błonnik pok.: 21.95 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: 1231.86 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.62 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 263.91 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 17.89 g; Sól: 1.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2024-06-13 czwartek	2024-06-13 czwartek	2024-06-13 czwartek	2024-06-13 czwartek	2024-06-13 czwartek	2024-06-13 czwartek
	Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN
	BIĄŁ- DSK Półpłynna	BIĄŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIĄŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIĄŁ- DSK OZT 1 dzień	BIĄŁ- DSK OZT 2 dzień	BIĄŁ- DSK OZT 3 dzień
	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w ostrońce niejadalnej. 35g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ)
	Wartość energetyczna: 533.01 kcal; Białko ogółem: 9.44 g; Tłuszcz: 1.49 g; Kw. tł. nasy.: 0.31 g; Węglowodany ogółem: 123.23 g; W tym cukry: 40.24 g; Błonnik pok.: 5.95 g; Sól: 0.22 g;	Wartość energetyczna: 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: 1605.00 kcal; Białko ogółem: 54.86 g; Tłuszcz: 27.94 g; Kw. tł. nasy.: 5.67 g; Węglowodany ogółem: 289.09 g; W tym cukry: 43.03 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 4.38 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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
2024-06-14 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 35 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II 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 (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Kolacja	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 35 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Suchary b/c 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ)
		Wartość energetyczna: 525.26 kcal; Białko ogółem: 8.52 g; Tłuszcz: 1.53 g; Kw. tł. nasy.: 0.36 g; Węglowodany ogółem: 123.10 g; W tym cukry: 39.82 g; Błonnik pok.: 8.15 g; Sól: 0.64 g;	Wartość energetyczna: 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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
2024-06-15 sobota	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Szynkowa drobowa drobiowa 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 ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	
	Kolejca	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Suchary b/c 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)
		Wartość energetyczna: 507.91 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień
2024-06-16 niedziela	Śniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Szyngowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szyngowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 35 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	
	Kolejca	Płatki 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień
2024-06-17 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 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 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	Platki 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>)	
	Kolacja	Platki 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	Platki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 35 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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
	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: 1792.42 kcal; Białko ogółem: 57.19 g; Tłuszcz: 28.11 g; Kw. tł. nasy.: 4.85 g; Węglowodany ogółem: 332.93 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 4.97 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 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
2024-06-18 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 piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 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>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 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> ,)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u> , Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u> , Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u> , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u> , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u> , Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE</u> , Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> ,)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,)	
	Kolacja	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u> , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u> , Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>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> , Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 35 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</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	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: 1752.80 kcal; Białko ogółem: 57.86 g; Tłuszcz: 22.47 g; Kw. tł. nasy.: 4.27 g; Węglowodany ogółem: 331.71 g; W tym cukry: 42.33 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	Wartość energetyczna: 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień
2024-06-19 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Herbata czarna granulowana b/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>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Pieś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostrońce niejadalnej. 35 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, 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 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 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>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	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>)	
	Kolejacja	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 PSZ, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 35 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	
		Wartość energetyczna: 534.11 kcal; Białko ogółem: 8.86 g; Tłuszcz: 2.61 g; Kw. tł. nasy.: 0.48 g; Węglowodany ogółem: 122.58 g; W tym cukry: 38.58 g; Błonnik pok.: 7.32 g; Sól: 0.21 g;	Wartość energetyczna: 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: 1685.97 kcal; Białko ogółem: 60.04 g; Tłuszcz: 28.52 g; Kw. tł. nasy.: 5.42 g; Węglowodany ogółem: 303.99 g; W tym cukry: 28.69 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 4.05 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień
2024-06-20 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLU PSZ SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g (GLU PSZ SOJ MLE SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Klopsik wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Wafle tortowe 20 g (GLU PSZ, SOJ)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Kolejca	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 517.21 kcal; Białko ogółem: 8.15 g; Tłuszcz: 1.08 g; Kw. tł. nasy.: 0.20 g; Węglowodany ogółem: 121.41 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 5.87 g; Sól: 0.21 g;	Wartość energetyczna: 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień
2024-06-21 piątek	Sniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 35 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	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 (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku 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 (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Kolacja	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień
2024-06-22 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Poledwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 35 g (SOJ, MLE) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II 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 (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
	Kolacja	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 35 g (SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 509.30 kcal; Białko ogółem: 8.63 g; Tłuszcz: 1.42 g; Kw. tł. nasy.: 0.28 g; Węglowodany ogółem: 118.35 g; W tym cukry: 38.46 g; Błonnik pok.: 6.32 g; Sól: 0.21 g;	Wartość energetyczna: 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: 299.68 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Półpłynna	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień
2024-06-23 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Filet królewski z indykem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 55 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	
	Kolejacja	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 35 g (<u>SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	
		Wartość energetyczna: 509.30 kcal; Białko ogółem: 8.63 g; Tłuszcz: 1.42 g; Kw. tł. nasy.: 0.28 g; Węglowodany ogółem: 118.35 g; W tym cukry: 38.46 g; Błonnik pok.: 6.32 g; Sól: 0.21 g;	Wartość energetyczna: 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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 JĘCZ.</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 JĘCZ.</u>)
	II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez jaj) (<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 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	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	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 schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 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 topatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 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 Kubuś 0,3L 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	
		Wartość energetyczna: 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.
2024-06-11 wtorek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	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 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 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 sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	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>) 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>) Dyńia 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>) Dyńia 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 Sałata zielona z sosem vinegrett 60 g (<u>GOR.</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 Sałata zielona z sosem vinegrett 60 g (<u>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	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>)
	Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z 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 szeffa z dodatkami białka sojowego 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	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: 1841.34 kcal; Białko ogółem: 53.94 g; Tłuszcz: 35.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.60 g; Węglowodany ogółem: 334.90 g; W tym cukry: 106.87 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 4.63 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: 3205.82 kcal; Białko ogółem: 118.14 g; Tłuszcz: 95.25 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 476.93 g; W tym cukry: 121.48 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2068.98 kcal; Białko ogółem: 84.65 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.75 g; Węglowodany ogółem: 293.05 g; W tym cukry: 82.79 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sól: 5.76 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.
2024-06-12 środa	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z topatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną 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>) 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>) Salatka meksykańska z fasolą*(z olejem) 150 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 10 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 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>)
	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 Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	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>) Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</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 Mizeria 100 g (<u>MLE</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 Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	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 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>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 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 sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	
		Wartość energetyczna: 1293.30 kcal; Białko ogółem: 63.60 g; Tłuszcz: 11.89 g; Kw. tł. nasy.: 2.45 g; Węglowodany ogółem: 234.62 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.01 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: 1645.36 kcal; Białko ogółem: 51.92 g; Tłuszcz: 29.20 g; Kw. tł. nasy.: 6.93 g; Węglowodany ogółem: 301.31 g; W tym cukry: 83.06 g; Błonnik pok.: 20.11 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: 2269.13 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 68.91 g; Kw. tł. nasy.: 17.29 g; Węglowodany ogółem: 331.40 g; W tym cukry: 85.79 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 5.71 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.
2024-06-13 czwartek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>) Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z młkiem instant 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z młkiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	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
PD	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/jaj 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera 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 marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PN	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
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 jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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	
	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>)	
	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: 3026.95 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 82.40 g; Kw. tł. nasy.: 38.00 g; Węglowodany ogółem: 490.32 g; W tym cukry: 157.15 g; Błonnik pok.: 33.90 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2003.86 kcal; Białko ogółem: 70.91 g; Tłuszcz: 53.36 g; Kw. tł. nasy.: 13.81 g; Węglowodany ogółem: 320.40 g; W tym cukry: 93.62 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sól: 4.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.
2024-06-14 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 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 wanilinowym 200 g (<u>MLE,</u>)	
Kolejacja	Filet z indyka gotowany 40 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ,</u>)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkki wieprzowej 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	
2024-06-15 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ) Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE)	Jabko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 50 g (GLU PSZ) Sos ziołowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Maślanka 200 ml (MLE)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Melon 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Melon 100 g Maślanka 200 ml (MLE)		
	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g 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	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 200 g (JAJ, MLE, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ)	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Wafle ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 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: 1709.49 kcal; Białko ogółem: 55.33 g; Tłuszcz: 32.17 g; Kw. tł. nasy.: 7.91 g; Węglowodany ogółem: 309.31 g; W tym cukry: 75.64 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 4.63 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.
2024-06-16 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Roliada 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 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 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.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w ostonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko 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>)	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</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>) Sałata 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	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g		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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słońecznika z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	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: 2828.46 kcal; Białko ogółem: 128.00 g; Tłuszcz: 84.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 398.12 g; W tym cukry: 88.24 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 9.59 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.
2024-06-17 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 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 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	
2024-06-17 poniedziałek	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńa duszona z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Plački serniczki 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabiko 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	
2024-06-17 poniedziałek	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g 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>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 40 g
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 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: 3030.58 kcal; Białko ogółem: 98.86 g; Tłuszcz: 110.40 g; Kw. tł. nasy.: 36.49 g; Węglowodany ogółem: 427.09 g; W tym cukry: 134.41 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2035.87 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.53 g; Węglowodany ogółem: 315.79 g; W tym cukry: 88.28 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 5.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.
2024-06-18 wtorek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>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 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 diete 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 diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Wielowarzywna z zacierką* () (bez 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	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka 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 Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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 schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na diete 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: 2994.62 kcal; Białko ogółem: 116.58 g; Tłuszcz: 86.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 453.84 g; W tym cukry: 75.72 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2134.66 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz: 55.94 g; Kw. tł. nasy.: 17.10 g; Węglowodany ogółem: 325.82 g; W tym cukry: 98.82 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 5.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	
2024-06-19 środa	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 Pyszta 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>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) MiKS warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekkiem instant 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 Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) MiKS warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekkiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Koktajl wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>)	
2024-06-19 środa	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>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Surówka wielowarzywna 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>) 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
	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
2024-06-19 środa	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa 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>) 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	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
	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 JĘCZ.</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: 3019.29 kcal; Białko ogółem: 109.58 g; Tłuszcz: 80.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 475.82 g; W tym cukry: 140.67 g; Błonnik pok.: 36.12 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2268.42 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz: 63.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 349.29 g; W tym cukry: 100.41 g; Błonnik pok.: 35.63 g; Sól: 5.26 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	
2024-06-20 czwartek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Bułka 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 sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</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 ŚN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) 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>)	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy b/jaj 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	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>)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g 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 sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 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: 2773.29 kcal; Białko ogółem: 109.68 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 425.98 g; W tym cukry: 98.05 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2114.72 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tł. nasy.: 17.97 g; Węglowodany ogółem: 309.04 g; W tym cukry: 66.10 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 5.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.
2024-06-21 piątek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 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 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata 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 młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki 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 młodej 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		
	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 jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z topatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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: 66.08 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: 3041.50 kcal; Białko ogółem: 100.37 g; Tłuszcz: 85.17 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 481.68 g; W tym cukry: 157.00 g; Błonnik pok.: 39.04 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2410.97 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 384.21 g; W tym cukry: 144.44 g; Błonnik pok.: 36.99 g; Sól: 5.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2024-06-22 sobota	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.
Sniadanie		Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (SEL, GLU OW.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Mięso warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Mięso 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.) 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 (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Obiad		Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ.)	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik drobiowy z udźca (b/ja) 50 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy () 30 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Surówka wykwinna 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 (GLU PSZ, SOJ.)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)	
Kolejca		Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓZ.) Mięso warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓZ.) Mięso warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)
	PN	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) 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 (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) 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.: 38.83 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.
2024-06-23 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na diete 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 Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Banan 1szt. 1 szt 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 Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną, 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g
	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	Kalaflorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g 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 wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diete 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 diete 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, SO2.</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: 2992.65 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 87.48 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 452.15 g; W tym cukry: 101.49 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 1874.51 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 54.86 g; Kw. tł. nasy.: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 270.40 g; W tym cukry: 56.76 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 5.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-10 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</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlika wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlika wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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>)	
	Kolejca	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 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: 2287.28 kcal; Białko ogółem: 75.59 g; Tłuszcz: 56.28 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 384.77 g; W tym cukry: 142.20 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 6.15 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-11 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 ZYT</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 ZYT, GLU JECZ</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>) Dyńia 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>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dyńia 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 ZYT</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 JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chałka 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-12 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 SN	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)		
	Obiad	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki oprószone () 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)	
	Kolacja	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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: 1742.50 kcal; Białko ogółem: 62.97 g; Tłuszcz: 45.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 276.66 g; W tym cukry: 84.78 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sól: 3.49 g;	Wartość energetyczna: 1904.62 kcal; Białko ogółem: 70.46 g; Tłuszcz: 50.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; W tym cukry: 100.98 g; Błonnik pok.: 21.18 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-06-13 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Kolacja	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)			
	Wartość energetyczna: 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: 2224.32 kcal; Białko ogółem: 75.39 g; Tłuszcz: 50.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 379.05 g; W tym cukry: 154.80 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2037.32 kcal; Białko ogółem: 58.98 g; Tłuszcz: 43.95 g; Kw. tł. nasy.: 18.63 g; Węglowodany ogółem: 365.68 g; W tym cukry: 143.45 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 4.99 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-14 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 brokuła* 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 wanilinowym 200 g (<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 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;	Wartość energetyczna: 335.93 kcal; Białko ogółem: 9.22 g; Tłuszcz: 2.64 g; Kw. tł. nasy.: 0.43 g; Węglowodany ogółem: 71.68 g; W tym cukry: 16.57 g; Błonnik pok.: 5.98 g; Sól: 1.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-15 sobota	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ</u>) Sos ziołowy* (bez glutenu) 30 ml (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)	
	Kolejca	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-16 niedziela	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SÓJ, MLE, SEL, GOR</u>)	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>JAJ</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		
	Kolejca	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 35 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 35 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 35 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	
		Wartość energetyczna: 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: 2099.12 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 58.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 309.91 g; W tym cukry: 97.69 g; Błonnik pok.: 16.84 g; Sól: 5.68 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-17 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g (JAJ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (SEL) Dyńia z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL) Dyńia duszona z olejem* 120 g (GLU PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ)		
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pierś gotowana (prem-ur, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR))		
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) 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: 2170.96 kcal; Białko ogółem: 76.70 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 356.61 g; W tym cukry: 115.73 g; Błonnik pok.: 21.64 g; Sól: 4.79 g;	Wartość energetyczna: 2029.91 kcal; Białko ogółem: 67.40 g; Tłuszcz: 47.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 344.16 g; W tym cukry: 102.37 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 4.50 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-18 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, ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) 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, ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g	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, ŻYT</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 Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	
	Kolejacja	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, ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) 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: 2123.66 kcal; Białko ogółem: 77.51 g; Tłuszcz: 54.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 342.54 g; W tym cukry: 66.32 g; Błonnik pok.: 20.63 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 1943.41 kcal; Białko ogółem: 62.14 g; Tłuszcz: 43.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 337.92 g; W tym cukry: 78.98 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sól: 5.10 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	
II ŚN	Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>)			
Obiad	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty 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>)	
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 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: 2203.47 kcal; Białko ogółem: 94.08 g; Tłuszcz: 52.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 351.67 g; W tym cukry: 130.99 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 1891.42 kcal; Białko ogółem: 72.18 g; Tłuszcz: 42.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 318.48 g; W tym cukry: 98.88 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 4.51 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.: 8.67 g; Sól: 1.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-20 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 JĘCZ</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	
	II ŚN	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Chałka 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 JĘCZ</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	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 JĘCZ</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)		
		Wartość energetyczna: 1767.21 kcal; Białko ogółem: 59.72 g; Tłuszcz: 44.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 289.78 g; W tym cukry: 71.00 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 2.49 g;	Wartość energetyczna: 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: 89.97 g; W tym cukry: 13.85 g; Błonnik pok.: 8.42 g; Sól: 1.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-21 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 ŚN	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 JE CZ</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 JE CZ</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			
	Kolejca	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 JE CZ</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 JE CZ</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: 2105.07 kcal; Białko ogółem: 77.42 g; Tłuszcz: 58.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 328.20 g; W tym cukry: 111.58 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 5.55 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 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-22 sobota	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) 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 kurcząt 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>) Chałka 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 łopatką 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: 356.28 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: 81.10 g; W tym cukry: 13.98 g; Błonnik pok.: 7.46 g; Sól: 1.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-06-23 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</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, 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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU, JECZ</u>)	
	II ŚN	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	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>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU, ŻYT</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	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.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 334.51 g; W tym cukry: 134.25 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 1.67 g;	Wartość energetyczna: 2082.09 kcal; Białko ogółem: 69.82 g; Tłuszcz: 46.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.87 g; Węglowodany ogółem: 360.66 g; W tym cukry: 156.22 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 3.90 g;	Wartość energetyczna: 1935.09 kcal; Białko ogółem: 60.13 g; Tłuszcz: 40.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 347.64 g; W tym cukry: 142.29 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 3.59 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,