

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Bulka 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 salata lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) 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 salata lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 salata lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka 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 diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka 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 diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			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>)
2024-09-30 poniedziałek	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/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 () 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>) Ziemiaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 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		
2024-09-30 poniedziałek	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka 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 salata 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 salata lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt					
	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2277.49 kcal; Białko ogółem: 70.68 g; Tłuszcz: 64.20 g; Kw. tł. nasy.: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 362.90 g; W tym cukry: 174.79 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 1933.68 kcal; Białko ogółem: 58.50 g; Tłuszcz: 50.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 319.44 g; W tym cukry: 164.80 g; Błonnik pok.: 19.37 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 2597.65 kcal; Białko ogółem: 86.36 g; Tłuszcz: 72.81 g; Kw. tł. nasy.: 37.01 g; Węglowodany ogółem: 410.10 g; W tym cukry: 175.74 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 5.28 g;	Wartość energetyczna: 2352.44 kcal; Białko ogółem: 83.15 g; Tłuszcz: 76.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.55 g; Węglowodany ogółem: 347.01 g; W tym cukry: 144.03 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 2169.40 kcal; Białko ogółem: 71.34 g; Tłuszcz: 52.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 360.87 g; W tym cukry: 176.59 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 2.83 g;	Wartość energetyczna: 1954.44 kcal; Białko ogółem: 71.25 g; Tłuszcz: 27.97 g; Kw. tł. nasy.: 9.80 g; Węglowodany ogółem: 361.57 g; W tym cukry: 180.79 g; Błonnik pok.: 18.02 g; Sól: 2.45 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	
2024-10-01 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL)	Chleb żytni staropolski 56 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki z szynki-kiełbasa wiewprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1 szt) 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb żytni staropolski 56 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Parówki z szynki-kiełbasa wiewprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1 szt) 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb żytni staropolski 112 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki z szynki-kiełbasa wiewprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (2 szt) 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 40 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 40 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurczak 50 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Gruszka 1szt. 150 g				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	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	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Bitka z szynki wiewprzowej 90 g (GLU PSZ) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ) Pulpet wiewprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Bitka z szynki wiewprzowej 90 g (GLU PSZ) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Bitka z szynki wiewprzowej 90 g (GLU PSZ) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Bitka z szynki wiewprzowej 90 g (GLU PSZ) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Pulpet wiewprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Dyńia duszona z olejem* 120 g (GLU PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.) Wafle ryżowe 30 g				Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ) Wafle ryżowe 30 g	
	Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z salata 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% 10 g (MLE) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 50 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata 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	Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)					
		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: 2510.27 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 87.74 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 343.72 g; W tym cukry: 103.14 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 2099.34 kcal; Białko ogółem: 71.61 g; Tłuszcz: 67.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 310.78 g; W tym cukry: 101.44 g; Błonnik pok.: 20.22 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 2919.66 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz: 106.28 g; Kw. tł. nasy.: 42.27 g; Węglowodany ogółem: 389.50 g; W tym cukry: 104.35 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2488.52 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 364.96 g; W tym cukry: 109.75 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 2382.90 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 72.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 351.22 g; W tym cukry: 102.84 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 2031.68 kcal; Białko ogółem: 80.45 g; Tłuszcz: 40.63 g; Kw. tł. nasy.: 8.18 g; Węglowodany ogółem: 345.58 g; W tym cukry: 92.93 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sól: 4.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	
2024-10-02 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka meksykańska z fasolą 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osl.niejad 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka meksykańska z fasolą 100 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osl.niejad 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, SOJ</u>) Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka meksykańska z fasolą 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g 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>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Salatka zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 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>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	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>)
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Kotlet mielony drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kalaiflor gotowany* 100 g Buraczki po francusku z olejem () 100 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 (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki oprószane () 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Gryskowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki oprószane () 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)						Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml			Chleb żytni staropolski 112 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)						
		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: 2561.90 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 89.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 358.41 g; W tym cukry: 115.62 g; Błonnik pok.: 33.12 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 1942.62 kcal; Białko ogółem: 67.67 g; Tłuszcz: 61.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 289.22 g; W tym cukry: 112.72 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 2953.71 kcal; Białko ogółem: 102.45 g; Tłuszcz: 93.35 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 433.57 g; W tym cukry: 117.50 g; Błonnik pok.: 38.57 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2367.23 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 82.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 319.92 g; W tym cukry: 103.77 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 2012.23 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 307.50 g; W tym cukry: 111.17 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 1638.84 kcal; Białko ogółem: 68.20 g; Tłuszcz: 20.01 g; Kw. tł. nasy.: 4.31 g; Węglowodany ogółem: 310.53 g; W tym cukry: 109.69 g; Błonnik pok.: 17.84 g; Sól: 4.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- Płynna	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	
2024-10-03 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW,</u>) Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
		II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Nektarynka 1 szt 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
2024-10-03 czwartek	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surowka 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 30 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surowka 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 30 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surowka 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 30 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surowka z marchwi i selera z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)				
2024-10-03 czwartek	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 40 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 40 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)				Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)
		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: 2374.34 kcal; Białko ogółem: 71.10 g; Tłuszcz: 83.19 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 349.30 g; W tym cukry: 132.50 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2068.32 kcal; Białko ogółem: 65.07 g; Tłuszcz: 70.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 308.31 g; W tym cukry: 131.25 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2585.08 kcal; Białko ogółem: 79.62 g; Tłuszcz: 87.92 g; Kw. tł. nasy.: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 383.20 g; W tym cukry: 132.60 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2475.48 kcal; Białko ogółem: 75.04 g; Tłuszcz: 90.52 g; Kw. tł. nasy.: 36.90 g; Węglowodany ogółem: 354.61 g; W tym cukry: 134.14 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2295.70 kcal; Białko ogółem: 66.38 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 361.28 g; W tym cukry: 155.44 g; Błonnik pok.: 22.89 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2151.20 kcal; Białko ogółem: 72.30 g; Tłuszcz: 46.17 g; Kw. tł. nasy.: 12.17 g; Węglowodany ogółem: 372.10 g; W tym cukry: 134.06 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 3.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	
2024-10-04 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Serek z'a'a homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
		II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)				
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Ryba smażona (Dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 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>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g (<u>RYB</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 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	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka 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 salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SÓL, MCK</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 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: 2375.25 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 79.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g; W tym cukry: 123.73 g; Błonnik pok.: 24.40 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 1952.30 kcal; Białko ogółem: 72.62 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 299.67 g; W tym cukry: 119.65 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 3.79 g;	Wartość energetyczna: 2629.82 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 78.37 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 401.79 g; W tym cukry: 126.08 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2302.98 kcal; Białko ogółem: 97.20 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.09 g; Węglowodany ogółem: 349.13 g; W tym cukry: 126.04 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 2205.86 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 330.05 g; W tym cukry: 117.69 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 1544.70 kcal; Białko ogółem: 70.21 g; Tłuszcz: 15.56 g; Kw. tł. nasy.: 5.30 g; Węglowodany ogółem: 299.65 g; W tym cukry: 98.18 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sól: 3.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- Płynna	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	
2024-10-05 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 128 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g					
2024-10-05 sobota	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka 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>) Salatka z buraczków i jabłka 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>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos zielony* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Melon 100 g	Melon 100 g Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Melon 100 g		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
2024-10-05 sobota	Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 mieszaný 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	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 lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)					
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2409.14 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 77.87 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 339.20 g; W tym cukry: 96.83 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2108.28 kcal; Białko ogółem: 93.40 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 302.06 g; W tym cukry: 95.64 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 2753.36 kcal; Białko ogółem: 120.26 g; Tłuszcz: 82.55 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 402.54 g; W tym cukry: 97.75 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2430.84 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 347.48 g; W tym cukry: 97.18 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2195.31 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 65.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 324.92 g; W tym cukry: 100.79 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 5.70 g;	Wartość energetyczna: 1819.61 kcal; Białko ogółem: 74.23 g; Tłuszcz: 36.30 g; Kw. tł. nasy.: 10.60 g; Węglowodany ogółem: 316.31 g; W tym cukry: 85.85 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 4.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- Płynna	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL)	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)					
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50 g Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem * 120 g (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	
Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 40 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana 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 diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UD SK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UD SK) 200 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)					
	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2156.13 kcal; Białko ogółem: 92.04 g; Tłuszcz: 70.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 294.81 g; W tym cukry: 107.58 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 1697.64 kcal; Białko ogółem: 63.21 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 264.30 g; W tym cukry: 106.32 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2419.45 kcal; Białko ogółem: 104.72 g; Tłuszcz: 73.82 g; Kw. tł. nasy.: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 341.40 g; W tym cukry: 108.25 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2148.65 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 70.90 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 290.92 g; W tym cukry: 103.42 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 5.21 g;	Wartość energetyczna: 2157.90 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; W tym cukry: 97.93 g; Błonnik pok.: 18.53 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 1825.51 kcal; Białko ogółem: 89.90 g; Tłuszcz: 47.72 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; Węglowodany ogółem: 269.92 g; W tym cukry: 97.01 g; Błonnik pok.: 18.10 g; Sól: 4.82 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	
2024-10-07 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 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, SO2.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszaný 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, SO2.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Śliwka 100 g				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt	
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Płacki 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>) Płacki 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 () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Płacki 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 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Dyńka duszona z olejem 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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	
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 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	Bulka 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 JECZ.</u>)	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) 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 JECZ.</u>) Chleb mieszaný pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 JECZ.</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	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 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 lekkostrawną z mixem sałat 40 g	Bulka 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 diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	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: 2611.52 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 111.24 g; Kw. tł. nasy.: 37.20 g; Węglowodany ogółem: 324.36 g; W tym cukry: 130.73 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 4.52 g;	Wartość energetyczna: 2020.49 kcal; Białko ogółem: 69.59 g; Tłuszcz: 72.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 279.84 g; W tym cukry: 116.39 g; Błonnik pok.: 15.87 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2901.97 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 116.07 g; Kw. tł. nasy.: 38.80 g; Węglowodany ogółem: 377.15 g; W tym cukry: 131.68 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2163.13 kcal; Białko ogółem: 81.24 g; Tłuszcz: 64.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 326.70 g; W tym cukry: 96.69 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 5.44 g;	Wartość energetyczna: 2245.53 kcal; Białko ogółem: 79.52 g; Tłuszcz: 55.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 372.21 g; W tym cukry: 145.94 g; Błonnik pok.: 20.16 g; Sól: 4.73 g;	Wartość energetyczna: 1932.87 kcal; Białko ogółem: 74.99 g; Tłuszcz: 28.38 g; Kw. tł. nasy.: 9.55 g; Węglowodany ogółem: 360.00 g; W tym cukry: 139.65 g; Błonnik pok.: 18.22 g; Sól: 4.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	
2024-10-08 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb żyrny razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 50 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) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE) Wafle ryżowe 30 g					
2024-10-08 wtorek	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet drobiowy panierowany 90 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Kotlet drobiowy panierowany 50 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Kotlet drobiowy panierowany 90 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (JAJ) Sos pietruszkowy* 30 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (JAJ) Sos pietruszkowy* 30 ml (GLU PSZ, MLE) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Banan 1szt. 1 szt Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ)				Jabłko 1 szt 1 szt Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ)
2024-10-08 wtorek	Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Miks warzyw na diecie podstawową 50 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) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) 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.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)					
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2585.53 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 78.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 379.55 g; W tym cukry: 105.42 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2195.53 kcal; Białko ogółem: 80.33 g; Tłuszcz: 61.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 336.05 g; W tym cukry: 101.89 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2815.94 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 80.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 425.43 g; W tym cukry: 105.60 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 7.57 g;	Wartość energetyczna: 2515.66 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 70.07 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 379.07 g; W tym cukry: 115.50 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 2203.26 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 332.26 g; W tym cukry: 86.48 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 1968.30 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 36.01 g; Kw. tł. nasy.: 12.69 g; Węglowodany ogółem: 327.55 g; W tym cukry: 87.07 g; Błonnik pok.: 19.61 g; Sól: 5.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa
Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30 g (RYB, SEL) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 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 JECZ.)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30 g (RYB, SEL) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30 g (RYB, SEL) 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 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb żytni razowy 64 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 diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (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 diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka 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 diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Koktajl wielowocowy* 200 ml (MLE) Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ)			
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 250 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza kuskus/sypko 100 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza kuskus/sypko 220 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Gruszka 1szt. 150 g Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE)			Jabłko 1 szt 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE)	
Kolejca	Bulion warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 64 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	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser topiony 40 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 128 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	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek ała homogenizowany o smaku waniliowym 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) Serek ała homogenizowany o smaku waniliowym 70 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek ała homogenizowany o smaku waniliowym 70 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml		Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Dżem 25 g 1 szt			Dżem 25 g 1 szt Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Dżem 25 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2344.97 kcal; Białko ogółem: 76.88 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 347.46 g; W tym cukry: 101.37 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sól: 5.83 g;	Wartość energetyczna: 1977.10 kcal; Białko ogółem: 61.34 g; Tłuszcz: 57.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 307.47 g; W tym cukry: 100.32 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 2662.01 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 76.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.73 g; Węglowodany ogółem: 410.33 g; W tym cukry: 102.13 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2440.61 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 70.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 370.54 g; W tym cukry: 120.70 g; Błonnik pok.: 34.14 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2317.82 kcal; Białko ogółem: 81.71 g; Tłuszcz: 59.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; Węglowodany ogółem: 368.37 g; W tym cukry: 118.16 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 1995.56 kcal; Białko ogółem: 74.03 g; Tłuszcz: 32.96 g; Kw. tł. nasy.: 10.21 g; Węglowodany ogółem: 361.51 g; W tym cukry: 112.59 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sól: 4.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- Płynna	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatoblonnikowa	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	
2024-10-10 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka meksykańska z fasolą 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Salatka meksykańska z fasolą 100 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka meksykańska z fasolą 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bulka 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, SO2</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 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 lekkostrawną sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	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>)		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>)
2024-10-10 czwartek	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp () 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)			
2024-10-10 czwartek	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml			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: 2379.96 kcal; Białko ogółem: 89.80 g; Tłuszcz: 82.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.10 g; Węglowodany ogółem: 323.09 g; W tym cukry: 98.06 g; Błonnik pok.: 19.94 g; Sól: 6.00 g;	Wartość energetyczna: 1969.99 kcal; Białko ogółem: 76.88 g; Tłuszcz: 63.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 277.19 g; W tym cukry: 94.52 g; Błonnik pok.: 14.40 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 2573.48 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 89.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 344.41 g; W tym cukry: 99.64 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 2284.96 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Tłuszcz: 84.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.01 g; Węglowodany ogółem: 302.20 g; W tym cukry: 96.64 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 2101.17 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 293.12 g; W tym cukry: 93.81 g; Błonnik pok.: 13.25 g; Sól: 4.69 g;	Wartość energetyczna: 1802.87 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz: 40.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 289.11 g; W tym cukry: 84.45 g; Błonnik pok.: 11.25 g; Sól: 4.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- Płynna	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa		
2024-10-11 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni staropolski 112 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie 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 jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Schab Ojca Crzregorza-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 diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
		II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	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
	Obiad		Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Eskalopka z dorsza 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Eskalopka z dorsza 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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, SOZ, MCK</u>) Warzywa po grecku* 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 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		Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g
	Kolacja		Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 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 ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 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 ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 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 ŻYT, GLU JECZ</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>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową 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 2 szt Miks warzyw na diecie 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 diecie lekkostrawną 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UD SK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UD K) 200 ml	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)					
			Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2479.19 kcal; Białko ogółem: 81.66 g; Tłuszcz: 88.54 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 348.71 g; W tym cukry: 157.99 g; Błonnik pok.: 30.07 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2081.93 kcal; Białko ogółem: 66.28 g; Tłuszcz: 68.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 308.14 g; W tym cukry: 153.81 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 5.20 g;	Wartość energetyczna: 2775.79 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 90.99 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 410.29 g; W tym cukry: 163.93 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2627.66 kcal; Białko ogółem: 87.83 g; Tłuszcz: 90.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 379.28 g; W tym cukry: 169.57 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2364.09 kcal; Białko ogółem: 81.44 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.65 g; Węglowodany ogółem: 375.55 g; W tym cukry: 172.34 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 4.92 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- Płynna	BIAL- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAL- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAL- DSK Podstawowa >13 lat	BIAL- DSK Bogatobłonnikowa	BIAL- DSK Łatwo strawna	BIAL- DSK Niskotłuszczowa	
2024-10-12 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1 szt) 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1 szt) 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (2 szt) 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka 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: GLUPSZ, MLE, GOR</u>) Miks warzyw na diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR</u>) Miks warzyw na diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt					
2024-10-12 sobota	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 90 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z marchwi i jabłka 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	
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)					
2024-10-12 sobota	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Sałatka z makaronu- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) 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% 10 g (<u>MLE</u>) Sałatka z makaronu- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Sałatka z makaronu- dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) 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>) 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 diete podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Miks warzyw na diete lekkostrawną 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Miks warzyw na diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)					
	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: 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: 2386.27 kcal; Białko ogółem: 79.27 g; Tłuszcz: 77.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.20 g; Węglowodany ogółem: 353.46 g; W tym cukry: 110.00 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 3211.55 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 109.94 g; Kw. tł. nasy.: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 463.51 g; W tym cukry: 114.54 g; Błonnik pok.: 36.39 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2519.02 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 78.71 g; Kw. tł. nasy.: 35.34 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 117.21 g; Błonnik pok.: 31.65 g; Sól: 5.96 g;	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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	
2024-10-13 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Chleb żytni staropolski 56 g (<u>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 mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) 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 mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb żytni staropolski 112 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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 lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)	Bulka 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 diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Koktajl wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Koktajl wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		Koktajl wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa 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 () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 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 () 220 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 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 Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 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 Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Śliwka 100 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Śliwka 100 g	Śliwka 100 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 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	
Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek ała homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek ała homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek ała homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) 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 ała homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek ała homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Serek ała homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u>)						
	Wartość energetyczna: 747.32 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 163.12 g; W tym cukry: 117.99 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2200.77 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 71.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.74 g; Węglowodany ogółem: 319.83 g; W tym cukry: 116.76 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 1816.68 kcal; Białko ogółem: 62.33 g; Tłuszcz: 52.36 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 281.60 g; W tym cukry: 113.90 g; Błonnik pok.: 21.39 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2481.12 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 376.03 g; W tym cukry: 117.94 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2204.55 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.94 g; Węglowodany ogółem: 332.91 g; W tym cukry: 118.50 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 2274.89 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 358.03 g; W tym cukry: 145.66 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 1956.56 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz: 36.10 g; Kw. tł. nasy.: 10.78 g; Węglowodany ogółem: 342.91 g; W tym cukry: 139.43 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 4.47 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAŁ- DSK Ubogoneoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.łatwooprzywajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	Bulka 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 JECZ.</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 diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąb/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tt.(60%) kubek 15 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tt.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasagrubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
		II SN	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 kielbasagrubo 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>)		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>)
2024-09-30 poniedziałek	Obiad	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>) Jabliko 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>) Jabliko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Kluski śląskie() 150 g (<u>JAJ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez soli) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (<u>MLE</u>) Jabliko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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 * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Wafle ryżowe 30 g Kefir 1,5% tt 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kefir 1,5% tt 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tt 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tt 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Kefir 1,5% tt 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
2024-09-30 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tt.(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 cytrynąb/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tt.(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 cytrynąz/c 250 ml
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt			Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tt.(60%) kubek 5 g Sałata zielona 10 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
		Wartość energetyczna: 1962.60 kcal; Białko ogółem: 68.99 g; Tłuszcz: 51.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 311.73 g; W tym cukry: 113.04 g; Błonnik pok.: 12.77 g; Sól: 2.68 g;	Wartość energetyczna: 2092.50 kcal; Białko ogółem: 73.93 g; Tłuszcz: 55.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 331.88 g; W tym cukry: 150.10 g; Błonnik pok.: 23.68 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 1869.65 kcal; Białko ogółem: 35.01 g; Tłuszcz: 36.77 g; Kw. tł. nasy.: 18.99 g; Węglowodany ogółem: 357.22 g; W tym cukry: 136.14 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 2.97 g;	Wartość energetyczna: 2204.07 kcal; Białko ogółem: 70.70 g; Tłuszcz: 54.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; W tym cukry: 174.23 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 2.92 g;	Wartość energetyczna: 1530.38 kcal; Białko ogółem: 68.13 g; Tłuszcz: 29.59 g; Kw. tł. nasy.: 8.09 g; Węglowodany ogółem: 256.30 g; W tym cukry: 72.81 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 3.39 g;	Wartość energetyczna: 1811.84 kcal; Białko ogółem: 83.86 g; Tłuszcz: 55.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.48 g; Węglowodany ogółem: 254.74 g; W tym cukry: 32.20 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 4.04 g;	Wartość energetyczna: 2002.37 kcal; Białko ogółem: 65.45 g; Tłuszcz: 41.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.52 g; Węglowodany ogółem: 353.18 g; W tym cukry: 135.27 g; Błonnik pok.: 30.55 g; Sól: 5.71 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2024-10-01 wtorek	Śniadanie	Bulka 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: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 diecie lekkostrawną 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g 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 cytrynąz/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 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Gruszka 1szt. 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
2024-10-01 wtorek	Obiad	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Dymia duszona z olejem* 120 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 90 g (<u>GLU PSZ.</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	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) 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () (bez soli) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dymia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU PSZ.</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	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g
2024-10-01 wtorek	Kolacja	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
		PN	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)				Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g 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	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2383.72 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 72.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 348.92 g; W tym cukry: 104.51 g; Błonnik pok.: 16.18 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2616.74 kcal; Białko ogółem: 105.40 g; Tłuszcz: 78.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.01 g; Węglowodany ogółem: 378.85 g; W tym cukry: 118.67 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 1894.88 kcal; Białko ogółem: 42.68 g; Tłuszcz: 44.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 338.79 g; W tym cukry: 94.93 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 3.71 g;	Wartość energetyczna: 2382.15 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 353.76 g; W tym cukry: 114.52 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 2.79 g;	Wartość energetyczna: 1697.47 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 41.69 g; Kw. tł. nasy.: 7.55 g; Węglowodany ogółem: 256.36 g; W tym cukry: 50.77 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2077.41 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 15.15 g; Węglowodany ogółem: 285.58 g; W tym cukry: 48.34 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 1943.47 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz: 51.91 g; Kw. tł. nasy.: 11.63 g; Węglowodany ogółem: 297.58 g; W tym cukry: 80.48 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 5.68 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAŁ- DSK Ubogonegetyczna	BIAŁ- DSK z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	
2024-10-02 środa	Śniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/c 250 ml
		II Śni	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>)	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 40 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml 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 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety z brokula* 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety z brokula* 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* (bez soli) 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone (bez soli) () 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Kalaflor gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Kalaflor gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka 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 diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/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 cytrynąb/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek kiszony 50 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1995.03 kcal; Białko ogółem: 85.05 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 304.00 g; W tym cukry: 109.29 g; Błonnik pok.: 18.80 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 2226.88 kcal; Białko ogółem: 100.13 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 322.89 g; W tym cukry: 121.10 g; Błonnik pok.: 22.17 g; Sól: 4.80 g;	Wartość energetyczna: 1813.27 kcal; Białko ogółem: 42.65 g; Tłuszcz: 52.93 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 306.64 g; W tym cukry: 101.83 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 2021.02 kcal; Białko ogółem: 90.60 g; Tłuszcz: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 305.56 g; W tym cukry: 110.03 g; Błonnik pok.: 19.75 g; Sól: 3.03 g;	Wartość energetyczna: 1524.67 kcal; Białko ogółem: 85.54 g; Tłuszcz: 25.64 g; Kw. tł. nasy.: 6.65 g; Węglowodany ogółem: 242.93 g; W tym cukry: 52.85 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 1984.75 kcal; Białko ogółem: 97.09 g; Tłuszcz: 69.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 257.67 g; W tym cukry: 49.75 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2007.32 kcal; Białko ogółem: 66.97 g; Tłuszcz: 60.50 g; Kw. tł. nasy.: 11.97 g; Węglowodany ogółem: 306.16 g; W tym cukry: 84.57 g; Błonnik pok.: 20.53 g; Sól: 5.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAŁ- DSK Ubogoneurotyczna	BIAŁ- DSK z ogr.latwoprzyrwyjalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna
Śniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy (bez soli) 20g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salatka jarzynowa* dieta (bez soli) 100g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salatka jarzynowa* 100g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salatka jarzynowa* 100g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasagrubo rozdrobiona 40g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Banan 1szt. 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodana. 20g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50g
Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (paraboliczny) 180g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (paraboliczny) 180g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie* 200g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (paraboliczny) (bez soli) 180g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 180g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka z marchwi i selera z olejem b/c () 100g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Gołąbek siekany z mięsa wp 150g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surowka z marchwi i selera z olejem b/c () 100g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Gołąbek siekany z mięsa wp 150g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml 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>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Herbatniki Be Be 14g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
Kolacja	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki (bez soli) 70g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę podstawową 40g 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 15g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę podstawową 40g 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 15g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)				Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodana. 20g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2109.06 kcal; Białko ogółem: 62.72 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 325.71 g; W tym cukry: 137.17 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sól: 3.52 g;	Wartość energetyczna: 2530.39 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 77.89 g; Kw. tł. nasy.: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 375.16 g; W tym cukry: 153.18 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sól: 4.98 g;	Wartość energetyczna: 1915.47 kcal; Białko ogółem: 33.38 g; Tłuszcz: 47.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 348.44 g; W tym cukry: 125.12 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 2285.76 kcal; Białko ogółem: 64.48 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.67 g; Węglowodany ogółem: 362.28 g; W tym cukry: 155.72 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 2.67 g;	Wartość energetyczna: 1751.71 kcal; Białko ogółem: 67.01 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw. tł. nasy.: 12.25 g; Węglowodany ogółem: 260.47 g; W tym cukry: 64.45 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2195.23 kcal; Białko ogółem: 86.76 g; Tłuszcz: 80.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 297.52 g; W tym cukry: 54.91 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 1975.99 kcal; Białko ogółem: 59.91 g; Tłuszcz: 48.83 g; Kw. tł. nasy.: 12.06 g; Węglowodany ogółem: 339.38 g; W tym cukry: 120.75 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 5.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogonegetyczna	BIAL- DSK z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna						
2024-10-04 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>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g					
		II ŚN	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 brokula * 20 g Salata 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>)	Kefir 1,5% tl 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kostka 5 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pasta z brokula * 20 g Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				
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>) Marchew gotowana 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>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 40 g (<u>RYB.</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez soli) 90 g (<u>RYB.</u>) Brokuł gotowany (bez soli)* 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 () 90 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml						
	PD	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g (<u>MLE</u>)				Jabłko 1 szt 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kefir 1,5% tl 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt					
Kolacja	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatką wieprzowej 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>)		Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 50 g	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt					
Wartość energetyczna: 2199.18 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 65.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 335.57 g; W tym cukry: 122.02 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 4.97 g;		Wartość energetyczna: 2222.02 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.68 g; Węglowodany ogółem: 337.94 g; W tym cukry: 99.40 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 5.72 g;		Wartość energetyczna: 1744.67 kcal; Białko ogółem: 49.81 g; Tłuszcz: 44.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 305.03 g; W tym cukry: 105.24 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 3.60 g;		Wartość energetyczna: 2173.86 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 62.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 330.65 g; W tym cukry: 118.29 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 3.60 g;		Wartość energetyczna: 1329.69 kcal; Białko ogółem: 76.37 g; Tłuszcz: 27.74 g; Kw. tł. nasy.: 8.29 g; Węglowodany ogółem: 204.08 g; W tym cukry: 50.45 g; Błonnik pok.: 22.43 g; Sól: 3.53 g;		Wartość energetyczna: 1831.68 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 68.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 234.10 g; W tym cukry: 33.99 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 6.62 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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAŁ- DSK Ubogonegetyczna	BIAŁ- DSK z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	
2024-10-05 sobota	Śniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl.M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU 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 cytrynąz/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku czekoladowym z/c 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>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>)	Budyń o smaku czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g	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 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	Budyń o smaku czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ.</u>) Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy (bez soli) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane (bez soli) () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 200 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Melon 100 g	Melon 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Melon 100 g	Melon 100 g Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Melon 100 g Chrupki kukurydziane 20 g
	Kolejacja	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g 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 cytrynąz/c 250 ml
	PN		Drożdżówka mini 50g	50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2182.19 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 66.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 321.24 g; W tym cukry: 101.88 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 5.28 g;	Wartość energetyczna: 2473.07 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 74.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 365.95 g; W tym cukry: 112.55 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2012.86 kcal; Białko ogółem: 71.01 g; Tłuszcz: 57.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 314.85 g; W tym cukry: 68.63 g; Błonnik pok.: 23.69 g; Sól: 4.24 g;	Wartość energetyczna: 2242.58 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.67 g; Węglowodany ogółem: 326.14 g; W tym cukry: 99.85 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 3.52 g;	Wartość energetyczna: 1591.16 kcal; Białko ogółem: 81.76 g; Tłuszcz: 40.98 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 236.44 g; W tym cukry: 50.51 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2158.20 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 295.48 g; W tym cukry: 58.39 g; Błonnik pok.: 27.73 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 1928.39 kcal; Białko ogółem: 76.81 g; Tłuszcz: 47.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.44 g; Węglowodany ogółem: 310.12 g; W tym cukry: 69.24 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 5.97 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2024-10-06 niedziela	Śniadanie II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osł.niejad 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osł.niejad 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osł.niejad 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 łopatkii.wieprzowej (bez soli) 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.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 JECZ.</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 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>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 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
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 * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 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* 120 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 () (bez soli) 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez soli) 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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 * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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 * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		
	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	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	Jabłko 1 szt 1 szt	
Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 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 30 g (<u>MLE.</u>) 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa.grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	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>)	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		
PN	Wartość energetyczna: 2120.97 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 74.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 278.63 g; W tym cukry: 101.42 g; Błonnik pok.: 18.52 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 2426.58 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 87.34 g; Kw. tł. nasy.: 38.88 g; Węglowodany ogółem: 306.90 g; W tym cukry: 92.06 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 1612.00 kcal; Białko ogółem: 51.68 g; Tłuszcz: 41.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 265.73 g; W tym cukry: 80.89 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 3.69 g;	Wartość energetyczna: 2203.69 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 80.96 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 282.86 g; W tym cukry: 104.50 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sól: 3.04 g;	Wartość energetyczna: 1646.94 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 47.88 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; Węglowodany ogółem: 210.07 g; W tym cukry: 50.25 g; Błonnik pok.: 17.41 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 1996.48 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 69.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 249.33 g; W tym cukry: 50.48 g; Błonnik pok.: 22.60 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 1841.40 kcal; Białko ogółem: 75.24 g; Tłuszcz: 57.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.96 g; Węglowodany ogółem: 267.02 g; W tym cukry: 80.46 g; Błonnik pok.: 20.79 g; Sól: 5.96 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAŁ- DSK Ubogoneoenergetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	
2024-10-07 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>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem салат 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem салат 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem салат 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem салат 50 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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, S02.</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem салат 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasagrubo rozdrobiona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z mixem салат 40 g Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)
		II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Siwka 100 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Siwka 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ.</u>) Banan 1szt. 1 szt
Obiad	Zieminiaczka () 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	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Dyńa duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Surowka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka z selera i jabłka z olejem () 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)			Waferki ryżowe 30 g			
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>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobiony, 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>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem салат 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 салат 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 салат 40 g	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem салат 50 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem салат 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z mixem салат 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)					Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozdr.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Ogórek kiszony 40 g	Waferki tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2214.37 kcal; Białko ogółem: 77.57 g; Tłuszcz: 55.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 139.24 g; Błonnik pok.: 17.79 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 2510.36 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 63.15 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 406.90 g; W tym cukry: 160.26 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 1986.89 kcal; Białko ogółem: 39.05 g; Tłuszcz: 44.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 373.03 g; W tym cukry: 137.30 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 3.50 g;	Wartość energetyczna: 2360.97 kcal; Białko ogółem: 98.93 g; Tłuszcz: 55.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 374.95 g; W tym cukry: 148.46 g; Błonnik pok.: 20.17 g; Sól: 2.94 g;	Wartość energetyczna: 1590.31 kcal; Białko ogółem: 72.94 g; Tłuszcz: 32.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.19 g; Węglowodany ogółem: 261.54 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 2040.74 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 54.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 313.90 g; W tym cukry: 56.26 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2096.70 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 49.18 g; Kw. tł. nasy.: 10.88 g; Węglowodany ogółem: 345.56 g; W tym cukry: 101.84 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 5.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAŁ- DSK Ubogoneogenetyczna	BIAŁ- DSK Z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	
2024-10-08 wtorek	Śniadanie	Platki 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	Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę 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 dietę 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 kielbasagrubo rozdrobiona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
		Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g	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>) Salata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Budyń o smaku waniliowym z/c (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ.</u>)
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* 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane () 120 g 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)* 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką() b/mleka (bez kalafiora) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa (bez soli) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez soli)* 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane (bez soli) () 120 g 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 (bez soli) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Salatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką() 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* 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Salatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/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)* 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Jabłko 1 szt 1 szt Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
Kolejacja	Bulka 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>) Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka 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	Bulka 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. 20 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	Bulka 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na dietę 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 dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdza schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	
	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>)	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2186.06 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 59.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 328.76 g; W tym cukry: 84.60 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2203.26 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 332.26 g; W tym cukry: 86.48 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 1824.66 kcal; Białko ogółem: 46.95 g; Tłuszcz: 41.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.80 g; Węglowodany ogółem: 326.24 g; W tym cukry: 97.06 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2112.00 kcal; Białko ogółem: 83.52 g; Tłuszcz: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 320.97 g; W tym cukry: 73.54 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 3.61 g;	Wartość energetyczna: 1647.70 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 41.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.83 g; Węglowodany ogółem: 238.09 g; W tym cukry: 58.03 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 1864.31 kcal; Białko ogółem: 87.55 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 239.11 g; W tym cukry: 40.60 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2000.33 kcal; Białko ogółem: 76.32 g; Tłuszcz: 44.55 g; Kw. tł. nasy.: 10.95 g; Węglowodany ogółem: 335.03 g; W tym cukry: 107.71 g; Błonnik pok.: 20.97 g; Sól: 5.31 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAŁ- DSK Ubogoneoenergetyczna	BIAŁ- DSK z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna
Śniadanie	Bulka 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 JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka 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. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawowa 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 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>) Miks warzyw na diecie podstawowa 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (bez soli) 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawna 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>) 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 podstawowa 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(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 podstawowa 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Miks warzyw na diecie podstawowa 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
II ŚN	Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)				Kefir 1,5% tl 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 5 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodana. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Ogórek kiszony 50 g
Obiad	Ziemiaczana () 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 * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kotlet z jaj 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana (bez soli) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko (bez soli) 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez soli) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* (bez soli) 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza kuskus/sypko 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemiaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Gruszka 1szt. 150 g Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)	Gruszka 1szt. 150 g Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g
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>) Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawowa 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 tl.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Dżem 25 g 1 szt				Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost niejad 20 g Salata zielona 20 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Dżem 25 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2208.70 kcal; Białko ogółem: 83.65 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 333.56 g; W tym cukry: 91.33 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 5.21 g;	Wartość energetyczna: 2567.27 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 67.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 392.51 g; W tym cukry: 127.55 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2404.61 kcal; Białko ogółem: 64.69 g; Tłuszcz: 68.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 387.40 g; W tym cukry: 108.43 g; Błonnik pok.: 33.44 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 2353.64 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 62.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 367.99 g; W tym cukry: 117.94 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 3.35 g;	Wartość energetyczna: 1529.72 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 32.13 g; Kw. tł. nasy.: 10.57 g; Węglowodany ogółem: 235.19 g; W tym cukry: 55.75 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 4.72 g;	Wartość energetyczna: 2180.70 kcal; Białko ogółem: 91.23 g; Tłuszcz: 65.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 318.25 g; W tym cukry: 66.72 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2184.74 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz: 47.24 g; Kw. tł. nasy.: 13.38 g; Węglowodany ogółem: 368.48 g; W tym cukry: 95.22 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 7.55 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK z ogr.latwoprzyrwyjalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	
2024-10-10 czwartek	Sniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓZ.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓZ.</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, SÓZ.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓZ.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb żytni razowy 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓZ.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓZ.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dod.t.wody.w osł.niejad 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g
	II ŚN	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	
	Obiad	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 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (<u>SEL.</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>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>) Mieso drobiowe gotowane z udzka kurczaka (bez soli) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ.</u>)		
	Kolacja	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/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 cytrynąb/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>)	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	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2062.47 kcal; Białko ogółem: 83.25 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 283.28 g; W tym cukry: 93.62 g; Błonnik pok.: 12.36 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 2345.57 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 325.43 g; W tym cukry: 108.87 g; Błonnik pok.: 19.22 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 1673.49 kcal; Białko ogółem: 43.34 g; Tłuszcz: 38.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; Węglowodany ogółem: 299.45 g; W tym cukry: 76.95 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 2186.98 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 75.18 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 297.33 g; W tym cukry: 92.70 g; Błonnik pok.: 15.23 g; Sól: 3.00 g;	Wartość energetyczna: 1741.92 kcal; Białko ogółem: 86.19 g; Tłuszcz: 52.12 g; Kw. tł. nasy.: 13.62 g; Węglowodany ogółem: 241.24 g; W tym cukry: 53.19 g; Błonnik pok.: 21.89 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 1990.12 kcal; Białko ogółem: 85.13 g; Tłuszcz: 67.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.40 g; Węglowodany ogółem: 272.50 g; W tym cukry: 43.33 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 1838.70 kcal; Białko ogółem: 61.79 g; Tłuszcz: 50.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.83 g; Węglowodany ogółem: 284.22 g; W tym cukry: 78.92 g; Błonnik pok.: 17.61 g; Sól: 5.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAŁ- DSK Ubogoneoenergetyczna	BIAŁ- DSK z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna	
2024-10-11 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 30 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 30 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj (bez soli) 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na dietę 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 Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 40 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml
		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Melon 200 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	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	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SÓZ, MCK.</u>) Warzywa po grecku* 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SÓZ, 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, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SÓZ, MCK.</u>) Warzywa po grecku* (bez soli) 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SÓZ, MCK.</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SÓZ, MCK.</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g 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 rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SÓZ, MCK.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		
	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	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	
Kolejacja	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>)	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>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g 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 dietę 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 dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	
	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 kiszony 50 g	
PN	Wartość energetyczna: 2138.63 kcal; Białko ogółem: 71.31 g; Tłuszcz: 59.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 340.10 g; W tym cukry: 153.04 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 2409.37 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 69.85 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 367.10 g; W tym cukry: 141.36 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 1821.49 kcal; Białko ogółem: 48.26 g; Tłuszcz: 46.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 314.63 g; W tym cukry: 123.08 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2375.58 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 65.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 372.22 g; W tym cukry: 166.76 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 4.00 g;	Wartość energetyczna: 1659.60 kcal; Białko ogółem: 80.82 g; Tłuszcz: 39.16 g; Kw. tł. nasy.: 11.80 g; Węglowodany ogółem: 259.43 g; W tym cukry: 89.17 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 4.62 g;	Wartość energetyczna: 1937.10 kcal; Białko ogółem: 86.77 g; Tłuszcz: 65.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 264.31 g; W tym cukry: 49.33 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 1792.24 kcal; Białko ogółem: 56.12 g; Tłuszcz: 51.56 g; Kw. tł. nasy.: 10.01 g; Węglowodany ogółem: 288.51 g; W tym cukry: 106.78 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 5.42 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoneurotyczna	BIAL- DSK z ogr.latwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2024-10-12 sobota	Śniadanie	Bulka 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: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g szaszetka 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g 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
		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	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g
2024-10-12 sobota	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>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż 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>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 90 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		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, MLE.</u>)	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)
2024-10-12 sobota	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, SO2.</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 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g 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 diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sałata z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałata z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra 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
		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g
Wartość energetyczna: 2322.89 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 349.89 g; W tym cukry: 104.89 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sól: 5.77 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: 2326.54 kcal; Białko ogółem: 59.09 g; Tłuszcz: 98.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 314.70 g; W tym cukry: 84.37 g; Błonnik pok.: 29.50 g; Sól: 4.31 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;	Wartość energetyczna: 1827.71 kcal; Białko ogółem: 81.60 g; Tłuszcz: 41.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 297.01 g; W tym cukry: 79.79 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2095.96 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 297.75 g; W tym cukry: 42.29 g; Błonnik pok.: 33.65 g; Sól: 6.04 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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAŁ- DSK Bogatobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskobiałkowa	BIAŁ- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAŁ- DSK Ubogoenergetyczna	BIAŁ- DSK z ogr.łatwooprzywajalnych węglowodanów	BIAŁ- DSK Bezmleczna
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) 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 mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 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>) 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 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g 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 mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN	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>) Salata zielona 10 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Koktajl wielooowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g	Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
Obiad	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 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 () 180 g Pulpet wieprzowy 90 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, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 40 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 soli)* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Pulpet wieprzowy (bez soli) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny (bez soli) 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 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
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Koktajl wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Banan 1szt. 1 szt	Śliwka 100 g Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
Kolejacja	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Salata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2084.34 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 61.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 321.91 g; W tym cukry: 122.79 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 4.78 g;	Wartość energetyczna: 2449.48 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 78.48 g; Kw. tł. nasy.: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 346.37 g; W tym cukry: 99.70 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 1914.24 kcal; Białko ogółem: 50.71 g; Tłuszcz: 47.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 332.26 g; W tym cukry: 116.26 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sól: 3.91 g;	Wartość energetyczna: 2274.55 kcal; Białko ogółem: 75.58 g; Tłuszcz: 68.72 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 350.76 g; W tym cukry: 138.85 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 3.22 g;	Wartość energetyczna: 1475.44 kcal; Białko ogółem: 72.78 g; Tłuszcz: 30.61 g; Kw. tł. nasy.: 10.25 g; Węglowodany ogółem: 238.15 g; W tym cukry: 68.10 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 1870.30 kcal; Białko ogółem: 89.08 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 250.67 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2039.44 kcal; Białko ogółem: 67.45 g; Tłuszcz: 42.92 g; Kw. tł. nasy.: 12.35 g; Węglowodany ogółem: 359.51 g; W tym cukry: 154.05 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 5.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	BIAŁ- DSK Półpłynna	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień	
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	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 cytrynąz/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 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 cytrynąz/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 JECZ.</u>)	Makaron 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 35 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 35 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	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>)	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
2024-09-30 poniedziałek	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez jaj) 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt		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
2024-09-30 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Roliada z łopatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 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 cytrynąz/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 cytrynąz/c 250 ml	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	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	
	PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 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	
		Wartość energetyczna: 2020.85 kcal; Białko ogółem: 64.41 g; Tłuszcz: 45.01 g; Kw. tł. nasy.: 11.72 g; Węglowodany ogółem: 351.19 g; W tym cukry: 134.23 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 4.34 g;	Wartość energetyczna: 2271.64 kcal; Białko ogółem: 72.72 g; Tłuszcz: 62.60 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 361.14 g; W tym cukry: 146.24 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 2.30 g;	Wartość energetyczna: 2358.94 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 61.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 388.17 g; W tym cukry: 177.26 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 3.40 g;	Wartość energetyczna: 532.42 kcal; Białko ogółem: 9.05 g; Tłuszcz: 1.16 g; Kw. tł. nasy.: 0.30 g; Węglowodany ogółem: 123.81 g; W tym cukry: 40.91 g; Błonnik pok.: 5.20 g; Sól: 0.22 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	
2024-10-01 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	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>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Baton szynkowy z kurczak 35 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	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 Gruszka 1szt. 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Gruszka 1szt. 150 g	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
Obiad	Solferino (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU PSZ</u>) Dyńia duszona z olejem* 120 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 Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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 90 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	
	PD	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	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
Kolejacja	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bulka 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>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	
	PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	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	
	Wartość energetyczna: 2027.11 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 12.82 g; Węglowodany ogółem: 304.95 g; W tym cukry: 79.51 g; Błonnik pok.: 19.31 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 2007.56 kcal; Białko ogółem: 66.72 g; Tłuszcz: 57.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 313.32 g; W tym cukry: 84.92 g; Błonnik pok.: 19.29 g; Sól: 1.49 g;	Wartość energetyczna: 2444.60 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 77.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 367.71 g; W tym cukry: 112.63 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 517.21 kcal; Białko ogółem: 8.15 g; Tłuszcz: 1.00 g; Kw. tł. nasy.: 0.20 g; Węglowodany ogółem: 121.22 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 5.87 g; Sól: 0.21 g;	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: 1731.31 kcal; Białko ogółem: 65.67 g; Tłuszcz: 34.18 g; Kw. tł. nasy.: 5.42 g; Węglowodany ogółem: 296.36 g; W tym cukry: 42.99 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 4.42 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	
2024-10-02 środa	Śniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatką wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	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>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 35 g Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II Szt	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>)	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłkopiczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 80 g Sos jarzynowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety z brokula* 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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 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
	PD	Jabłko 1 szt 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 Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>)	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
	Kolacja	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Hummus 70 g (<u>SEZ.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bulka 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>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	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	
	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: 2003.39 kcal; Białko ogółem: 76.75 g; Tłuszcz: 54.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; Węglowodany ogółem: 308.46 g; W tym cukry: 91.51 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 2.11 g;	Wartość energetyczna: 2312.55 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 81.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 329.84 g; W tym cukry: 113.29 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 535.19 kcal; Białko ogółem: 10.25 g; Tłuszcz: 4.33 g; Kw. tł. nasy.: 0.77 g; Węglowodany ogółem: 118.16 g; W tym cukry: 38.76 g; Błonnik pok.: 8.47 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: 1633.55 kcal; Białko ogółem: 57.21 g; Tłuszcz: 21.43 g; Kw. tł. nasy.: 2.97 g; Węglowodany ogółem: 310.55 g; W tym cukry: 37.29 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.63 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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	
2024-10-03 czwartek	Śniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Schab gotowany 40g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75g Masło extra 82% 15g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50g (RYB, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Ser żółty 20g (MLE) Sałatka jarzynowa* 100g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 35g (może zawierać: MLE, GOR.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200g
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20g	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)		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 25g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Cukinia pieczona z olejem * 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie* 350g (SEL.) Sos pomidorowy 30 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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 () 120g Ziemniaki gotowane puree () 180g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Klopsik wieprzowy 90g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 120g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200g	
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c bezglutenowy 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Filet z kurczaka gotowany 40g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75g Masło extra 82% 15g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Ser topiony 50g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 35g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200g	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	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: 2248.13 kcal; Białko ogółem: 64.98 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g; W tym cukry: 142.39 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sól: 1.79 g;	Wartość energetyczna: 2414.10 kcal; Białko ogółem: 52.20 g; Tłuszcz: 83.87 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 374.63 g; W tym cukry: 156.03 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 533.01 kcal; Białko ogółem: 9.44 g; Tłuszcz: 1.49 g; Kw. tł. nasy.: 0.31 g; Węglowodany ogółem: 123.23 g; W tym cukry: 40.24 g; Błonnik pok.: 5.95 g; Sól: 0.22 g;	Wartość energetyczna: 1386.24 kcal; Białko ogółem: 30.29 g; Tłuszcz: 12.32 g; Kw. tł. nasy.: 3.53 g; Węglowodany ogółem: 300.33 g; W tym cukry: 70.45 g; Błonnik pok.: 18.25 g; Sól: 2.47 g;	Wartość energetyczna: 1650.68 kcal; Białko ogółem: 56.76 g; Tłuszcz: 31.26 g; Kw. tł. nasy.: 5.93 g; Węglowodany ogółem: 290.47 g; W tym cukry: 42.86 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 4.48 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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	BIAŁ- DSK Półpłynna	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień						
2024-10-04 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml Szynka wieprzowa gotowana 40 g	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata 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, MLE</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 35 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g					
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>)	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					
Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB</u>) Brokuł gotowany* 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 smażona (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g						
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g (<u>MLE</u>)	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					
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną z 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>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 35 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g						
	PN	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	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					
Wartość energetyczna: 1699.50 kcal; Białko ogółem: 63.92 g; Tłuszcz: 39.33 g; Kw. tł. nasy.: 10.53 g; Węglowodany ogółem: 278.42 g; W tym cukry: 82.61 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 4.14 g;		Wartość energetyczna: 2050.43 kcal; Białko ogółem: 74.00 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 308.50 g; W tym cukry: 108.09 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 2.97 g;		Wartość energetyczna: 2311.43 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 344.08 g; W tym cukry: 118.03 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 4.95 g;		Wartość energetyczna: 525.26 kcal; Białko ogółem: 8.52 g; Tłuszcz: 1.53 g; Kw. tł. nasy.: 0.36 g; Węglowodany ogółem: 123.10 g; W tym cukry: 39.82 g; Błonnik pok.: 8.15 g; Sól: 0.64 g;		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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień
2024-10-05 sobota	Śniadanie	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 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE) 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 (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)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Budyń o smaku czekoladowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c bezglutenowy 200 ml Wafle ryżowe 30 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 120 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 () 120 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	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 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
	PD	Melon 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Melon 100 g Maślanka 200 ml (MLE)	Maślanka 200 ml (MLE) Melon 100 g	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 (MLE)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejacja	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 75 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	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1982.57 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.68 g; Węglowodany ogółem: 310.34 g; W tym cukry: 65.49 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 2204.28 kcal; Białko ogółem: 77.67 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 345.90 g; W tym cukry: 104.00 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 1.64 g;	Wartość energetyczna: 2680.94 kcal; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kw. tł. nasy.: 39.96 g; Węglowodany ogółem: 365.11 g; W tym cukry: 91.80 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 5.49 g;	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: 1272.28 kcal; Białko ogółem: 27.50 g; Tłuszcz: 8.79 g; Kw. tł. nasy.: 1.23 g; Węglowodany ogółem: 282.30 g; W tym cukry: 48.50 g; Błonnik pok.: 17.10 g; Sól: 2.33 g;	Wartość energetyczna: 1799.77 kcal; Białko ogółem: 66.14 g; Tłuszcz: 29.91 g; Kw. tł. nasy.: 7.18 g; Węglowodany ogółem: 325.03 g; W tym cukry: 52.46 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 5.40 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkii wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g 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>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w ost.niejad 35 g Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w ost.niejad 35 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c bezglutenowy 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	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
	Obiad	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 mleka) 30 ml (<u>GLU PSZ</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 udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 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* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	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	
	Kolejka	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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>) Bulka 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
	PN	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>)	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
		Wartość energetyczna: 1743.86 kcal; Białko ogółem: 67.52 g; Tłuszcz: 54.21 g; Kw. tł. nasy.: 14.50 g; Węglowodany ogółem: 259.97 g; W tym cukry: 82.17 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2200.26 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 77.91 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 291.41 g; W tym cukry: 92.57 g; Błonnik pok.: 15.39 g; Sól: 2.48 g;	Wartość energetyczna: 1938.65 kcal; Białko ogółem: 81.09 g; Tłuszcz: 50.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 289.93 g; W tym cukry: 100.34 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 3.54 g;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień						
2024-10-07 poniedziałek	Śniadanie	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 cytrynąz/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</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					
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (<u>SOJ.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml Arbuz 100 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Sliwka 100 g	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					
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makarony 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem * 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makarony bezglutenowy z serem biały 300 g (<u>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>) Makarony 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	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						
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	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					
Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>) Pasztet wegetariański () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Piersz 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						
	PN	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt						
Wartość energetyczna: 1987.51 kcal; Białko ogółem: 74.08 g; Tłuszcz: 49.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.07 g; Węglowodany ogółem: 315.15 g; W tym cukry: 73.39 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 3.44 g;		Wartość energetyczna: 2153.99 kcal; Białko ogółem: 63.16 g; Tłuszcz: 48.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 372.33 g; W tym cukry: 120.88 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sól: 0.99 g;		Wartość energetyczna: 2391.56 kcal; Białko ogółem: 84.11 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 39.03 g; Węglowodany ogółem: 355.55 g; W tym cukry: 120.66 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 4.93 g;		Wartość energetyczna: 517.21 kcal; Białko ogółem: 8.15 g; Tłuszcz: 1.00 g; Kw. tł. nasy.: 0.20 g; Węglowodany ogółem: 121.22 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 5.87 g; Sól: 0.21 g;		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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- DSK Hipoalergiczna	BIAŁ- DSK Bezglutenowa	BIAŁ- DSK Wegetariańska	BIAŁ- DSK Półpłynna	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAŁ- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAŁ- DSK OZT 1 dzień
2024-10-08 wtorek	Śniadanie	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 cytrynąz/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>) Paszlet z soczewicy * 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU 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 PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g		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
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z uduca gotowany mielony (bez jaj) 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 120 g 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)* 30 ml (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane () 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	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 uduca 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
	PD	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>)	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
	Kolejacja	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 cytrynąz/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 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 cytrynąz/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 cytrynąz/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 35 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	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>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1962.57 kcal; Białko ogółem: 67.43 g; Tłuszcz: 38.91 g; Kw. tł. nasy.: 10.40 g; Węglowodany ogółem: 346.64 g; W tym cukry: 120.10 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 3.71 g;	Wartość energetyczna: 2098.32 kcal; Białko ogółem: 81.38 g; Tłuszcz: 61.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 311.59 g; W tym cukry: 75.12 g; Błonnik pok.: 18.97 g; Sól: 4.86 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;	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: 1767.93 kcal; Białko ogółem: 57.16 g; Tłuszcz: 24.26 g; Kw. tł. nasy.: 3.74 g; Węglowodany ogółem: 331.23 g; W tym cukry: 42.06 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 5.80 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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	
2024-10-09 środa	Śniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	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>) Bulka 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>) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostrońce niejadalnej, 35 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		II ŚN	Mus z jabłek () z/c 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	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>)
Obiad	Ziemiaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlet z jaj 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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	
	PD	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 bezglutenowy 200 ml	Gruszka 1szt. 150 g Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	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
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek ała homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 40 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	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>) Bulka 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>) Bulka 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	
	PN	Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Dżem 25 g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Dżem 25 g 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2094.58 kcal; Białko ogółem: 76.00 g; Tłuszcz: 43.99 g; Kw. tł. nasy.: 12.71 g; Węglowodany ogółem: 356.54 g; W tym cukry: 84.37 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2417.92 kcal; Białko ogółem: 74.91 g; Tłuszcz: 67.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 386.30 g; W tym cukry: 134.50 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 1.93 g;	Wartość energetyczna: 2498.86 kcal; Białko ogółem: 72.81 g; Tłuszcz: 88.93 g; Kw. tł. nasy.: 40.75 g; Węglowodany ogółem: 355.68 g; W tym cukry: 99.68 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 6.16 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	
2024-10-10 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszaný pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawnej salata lodowa 40 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% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> , może zawierać: <u>JAJ, GOR, SOZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
2024-10-10 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz sojowy z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 120 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Klopsik wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Wafle tortowe 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
2024-10-10 czwartek	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawnej salata lodowa 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodowa 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		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	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1793.82 kcal; Białko ogółem: 71.41 g; Tłuszcz: 48.09 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 277.64 g; W tym cukry: 74.45 g; Błonnik pok.: 14.96 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2002.36 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 67.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 271.70 g; W tym cukry: 81.66 g; Błonnik pok.: 15.24 g; Sól: 1.73 g;	Wartość energetyczna: 2626.75 kcal; Białko ogółem: 119.87 g; Tłuszcz: 85.88 g; Kw. tł. nasy.: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 344.29 g; W tym cukry: 109.04 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 4.48 g;	Wartość energetyczna: 517.21 kcal; Białko ogółem: 8.15 g; Tłuszcz: 1.08 g; Kw. tł. nasy.: 0.20 g; Węglowodany ogółem: 121.41 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 5.87 g; Sól: 0.21 g;	Wartość energetyczna: 1397.05 kcal; Białko ogółem: 28.51 g; Tłuszcz: 12.66 g; Kw. tł. nasy.: 3.46 g; Węglowodany ogółem: 300.29 g; W tym cukry: 70.45 g; Błonnik pok.: 17.79 g; Sól: 2.46 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	
2024-10-11 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szytnka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane ki M. 1 szt (<u>JAJ.</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane ki M. 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona parzona z dod.wody białka wp. 35 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		Melon 200 g Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt			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
2024-10-11 piątek	Obiad	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 rybny (Dorsz) (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Warzywa po grecku* 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl truskawkowy* 250 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		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
2024-10-11 piątek	Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Roiada z łopatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek a'la homogenizowany 40 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szytkowa dębowa kiel.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
			Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	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: 2181.99 kcal; Białko ogółem: 63.42 g; Tłuszcz: 61.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; W tym cukry: 155.73 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 2.51 g;	Wartość energetyczna: 2430.58 kcal; Białko ogółem: 80.78 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 367.90 g; W tym cukry: 168.10 g; Błonnik pok.: 30.57 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 525.10 kcal; Białko ogółem: 9.92 g; Tłuszcz: 1.91 g; Kw. tł. nasy.: 0.40 g; Węglowodany ogółem: 120.36 g; W tym cukry: 38.53 g; Błonnik pok.: 6.40 g; Sól: 0.22 g;	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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	
2024-10-12 sobota	Śniadanie	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 cytrynąz/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Półdewica Sopotcka wieprzowa wedzona parzona z dodatkiem wody 35 g (SOJ, MLE.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	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
Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu)* 230 g (SEL.) 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 Kotlety z brokula* 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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	
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.) Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	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
Kolacja	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 cytrynąz/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	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 salata lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bulka 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	
	PN	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.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1846.39 kcal; Białko ogółem: 77.20 g; Tłuszcz: 39.90 g; Kw. tł. nasy.: 10.82 g; Węglowodany ogółem: 305.39 g; W tym cukry: 89.59 g; Błonnik pok.: 19.41 g; Sól: 3.39 g;	Wartość energetyczna: 2229.21 kcal; Białko ogółem: 77.66 g; Tłuszcz: 63.26 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 344.73 g; W tym cukry: 105.82 g; Błonnik pok.: 20.88 g; Sól: 2.26 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;	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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Hipoalergiczna	BIAL- DSK Bezglutenowa	BIAL- DSK Wegetariańska	BIAL- DSK Półpłynna	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz I	BIAL- DSK Niskobłonnikowa po uzup. płynów dz II	BIAL- DSK OZT 1 dzień	
2024-10-13 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobiony 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
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	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	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokul gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g 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>) Pierogi z truskawkami * 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Gruszka 1szt. 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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 90 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
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c bezglutenowy 150 ml	Śliwka 100 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 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	
	Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek ała homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek ała homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Półedwica 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
	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)	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	
		Wartość energetyczna: 1886.24 kcal; Białko ogółem: 73.12 g; Tłuszcz: 42.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.42 g; Węglowodany ogółem: 314.52 g; W tym cukry: 121.58 g; Błonnik pok.: 21.64 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 2166.97 kcal; Białko ogółem: 79.61 g; Tłuszcz: 53.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 351.45 g; W tym cukry: 147.49 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 2.06 g;	Wartość energetyczna: 2200.27 kcal; Białko ogółem: 65.26 g; Tłuszcz: 61.54 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 351.40 g; W tym cukry: 144.36 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 3.34 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: 1716.44 kcal; Białko ogółem: 58.37 g; Tłuszcz: 27.20 g; Kw. tł. nasy.: 5.33 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; W tym cukry: 42.84 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 4.86 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z indyka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Ojca Czręgorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g
		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)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku 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
	Obiad	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	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)	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez jaj) 50 g (GLU PSZ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Pierogi leniwe () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Banan 1szt. 1 szt		
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 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 Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
		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	Chrupki kukurydziane 20 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
	Wartość energetyczna: 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;	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: 1916.99 kcal; Białko ogółem: 50.36 g; Tłuszcz: 31.42 g; Kw. tł. nasy.: 8.42 g; Węglowodany ogółem: 370.34 g; W tym cukry: 136.94 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 1813.64 kcal; Białko ogółem: 49.12 g; Tłuszcz: 32.36 g; Kw. tł. nasy.: 8.32 g; Węglowodany ogółem: 345.42 g; W tym cukry: 114.93 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 4.18 g;	Wartość energetyczna: 2618.76 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 69.54 g; Kw. tł. nasy.: 38.13 g; Węglowodany ogółem: 420.51 g; W tym cukry: 187.85 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 5.50 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	
2024-10-01 wtorek	Śniadanie	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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Kasza 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw osl.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	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 Szynkowa wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)
	II ŚN	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)	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	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Gruszka 1szt. 150 g	
	Obiad	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	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)	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (GLU PSZ) Dyńa duszona z olejem* 120 g (GLU PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (GLU PSZ) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ) Wafle ryżowe 30 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE) Wafle ryżowe 30 g	
	Kolejacja	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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszet szefa z dodatkami białka sojowego 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ)	
	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;	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: 1779.25 kcal; Białko ogółem: 52.14 g; Tłuszcz: 33.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.37 g; Węglowodany ogółem: 326.38 g; W tym cukry: 103.24 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.56 g;	Wartość energetyczna: 1872.57 kcal; Białko ogółem: 62.67 g; Tłuszcz: 36.55 g; Kw. tł. nasy.: 9.38 g; Węglowodany ogółem: 334.24 g; W tym cukry: 81.82 g; Błonnik pok.: 25.99 g; Sól: 3.52 g;	Wartość energetyczna: 2990.67 kcal; Białko ogółem: 115.72 g; Tłuszcz: 91.58 g; Kw. tł. nasy.: 35.68 g; Węglowodany ogółem: 432.28 g; W tym cukry: 123.05 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 7.52 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna
2024-10-02 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw ost.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/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 Rolada z łopatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)
	II Szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	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>)
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	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>)		
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 cytrynąz/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 Szynkowa wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
PN	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	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: 700.98 kcal; Białko ogółem: 14.20 g; Tłuszcz: 5.08 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 151.48 g; W tym cukry: 38.81 g; Błonnik pok.: 6.18 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;	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: 1664.00 kcal; Białko ogółem: 52.67 g; Tłuszcz: 30.44 g; Kw. tł. nasy.: 7.13 g; Węglowodany ogółem: 302.92 g; W tym cukry: 83.15 g; Błonnik pok.: 21.09 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 1661.36 kcal; Białko ogółem: 60.89 g; Tłuszcz: 32.40 g; Kw. tł. nasy.: 8.23 g; Węglowodany ogółem: 294.50 g; W tym cukry: 83.50 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2750.60 kcal; Białko ogółem: 105.80 g; Tłuszcz: 87.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 399.17 g; W tym cukry: 126.13 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 6.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	
2024-10-03 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 cytrynąz/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	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>)	
Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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 () 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 Klopsik wieprzowy b/jaj 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana 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 Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 30 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	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	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 Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	
Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw ost.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowy-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)
	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;	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: 1806.95 kcal; Białko ogółem: 46.43 g; Tłuszcz: 31.99 g; Kw. tł. nasy.: 8.06 g; Węglowodany ogółem: 350.19 g; W tym cukry: 123.24 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 4.33 g;	Wartość energetyczna: 1872.36 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 33.40 g; Kw. tł. nasy.: 8.64 g; Węglowodany ogółem: 348.97 g; W tym cukry: 108.07 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 3.29 g;	Wartość energetyczna: 3009.18 kcal; Białko ogółem: 91.00 g; Tłuszcz: 95.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.70 g; Węglowodany ogółem: 459.71 g; W tym cukry: 174.10 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sól: 7.88 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna
2024-10-04 piątek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Filet z indyka gotowany 40 g	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 cytrynąz/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 od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	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>)
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy b/jaj 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Brokol gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy b/jaj 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml (<u>GLU PSZ</u>) Brokol gotowany* 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 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
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko w sosie waniliowym 200 g (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<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 PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Filet z indyka gotowany 40 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 łopatki wieprzowej 30 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 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 cytrynąz/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>)	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: 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;	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: 1611.37 kcal; Białko ogółem: 48.00 g; Tłuszcz: 32.59 g; Kw. tł. nasy.: 7.79 g; Węglowodany ogółem: 288.56 g; W tym cukry: 86.50 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 1683.53 kcal; Białko ogółem: 50.96 g; Tłuszcz: 29.16 g; Kw. tł. nasy.: 7.45 g; Węglowodany ogółem: 312.20 g; W tym cukry: 86.05 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 4.03 g;	Wartość energetyczna: 2497.79 kcal; Białko ogółem: 91.02 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 400.28 g; W tym cukry: 132.10 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 6.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	
2024-10-05 sobota	Śniadanie	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	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 90 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)
	II ŚN	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)	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) Wafle ryżowe 30 g	
2024-10-05 sobota	Obiad	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	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 () 120 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 () 120 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) 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 cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Maślanka 200 ml (MLE)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Melony 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Melony 100 g Maślanka 200 ml (MLE)		
2024-10-05 sobota	Kolejacja	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	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, JAJ, 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 ost.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, 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
	PN	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)	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)
	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;	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: 1664.87 kcal; Białko ogółem: 53.31 g; Tłuszcz: 32.02 g; Kw. tł. nasy.: 7.95 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 25.30 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 1717.19 kcal; Białko ogółem: 56.77 g; Tłuszcz: 32.19 g; Kw. tł. nasy.: 7.83 g; Węglowodany ogółem: 307.18 g; W tym cukry: 66.85 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 3.32 g;	Wartość energetyczna: 2635.60 kcal; Białko ogółem: 115.86 g; Tłuszcz: 75.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 384.60 g; W tym cukry: 112.07 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 7.75 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 tl.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 tl.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	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 osłonce 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>)
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	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 *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surowka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	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% tl 150g 1 Por (<u>MLE</u>)
	Kolejca	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 tl.(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 tl.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana 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>) Pasta z twarogu i słoncznika 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
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Suchary b/c 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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: 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;	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: 1622.58 kcal; Białko ogółem: 44.34 g; Tłuszcz: 34.27 g; Kw. tł. nasy.: 7.40 g; Węglowodany ogółem: 297.50 g; W tym cukry: 81.75 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 4.54 g;	Wartość energetyczna: 1676.05 kcal; Białko ogółem: 48.04 g; Tłuszcz: 38.33 g; Kw. tł. nasy.: 8.44 g; Węglowodany ogółem: 298.51 g; W tym cukry: 82.80 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 3.55 g;	Wartość energetyczna: 2594.31 kcal; Białko ogółem: 121.65 g; Tłuszcz: 86.23 g; Kw. tł. nasy.: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 342.84 g; W tym cukry: 92.21 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 7.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna
2024-10-07 poniedziałek	Śniadanie	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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Kasza 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 Szynka dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	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 Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem салат 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
	II ŚN	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)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Sliwka 100 g
	Obiad	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	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)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, 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 czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 50 g (GLU PSZ) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Dyńia duszona z olejem* 120 g (GLU PSZ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Placki sermiczki 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ)
	Kolacja	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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Kasza manna 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 Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Kasza manna 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 Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 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 diecie podstawową z mixem салат 40 g
	PN	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ)		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 (GLU PSZ, MLE)
		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;	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: 1745.61 kcal; Białko ogółem: 54.71 g; Tłuszcz: 32.93 g; Kw. tł. nasy.: 7.52 g; Węglowodany ogółem: 316.93 g; W tym cukry: 75.49 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 1757.35 kcal; Białko ogółem: 56.12 g; Tłuszcz: 33.73 g; Kw. tł. nasy.: 7.77 g; Węglowodany ogółem: 316.61 g; W tym cukry: 75.33 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 2994.78 kcal; Białko ogółem: 104.34 g; Tłuszcz: 115.30 g; Kw. tł. nasy.: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 400.37 g; W tym cukry: 142.33 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 6.78 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna
2024-10-08 wtorek	Śniadanie	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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
	II ŚN	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)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Sałata zielona 10 g	
	Obiad	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	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)	Wielowarzynna z zacierką* () (bez mleka) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez jaj) 50 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez jaj) 50 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml (GLU PSZ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (JAJ) Sos pietruszkowy* 30 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE) Wafle ryżowe 30 g Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ)	
	Kolejacja	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	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, JAJ, SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzona. 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa-wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	
	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;	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: 1784.48 kcal; Białko ogółem: 51.95 g; Tłuszcz: 27.64 g; Kw. tł. nasy.: 7.49 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; W tym cukry: 98.22 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 1769.24 kcal; Białko ogółem: 49.58 g; Tłuszcz: 27.04 g; Kw. tł. nasy.: 7.55 g; Węglowodany ogółem: 340.06 g; W tym cukry: 97.31 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 3.48 g;	Wartość energetyczna: 2701.03 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 83.45 g; Kw. tł. nasy.: 37.82 g; Węglowodany ogółem: 390.32 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 8.16 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna
2024-10-09 środa							
Śniadanie	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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy (D) 300 ml (GLU PSZ)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszna schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Piersz 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 podstawowej 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)
II ŚN	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)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Koktajl wielowocowy* 200 ml (MLE)
Obiad	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	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 (D) 300 ml (GLU PSZ)	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle ryżowe 30 g	Gruszka 1szt. 150 g Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE)
Kolejca	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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy (D) 300 ml (GLU PSZ)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szykowna dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek ala homogenizowany o smaku waniliowym 70 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ) Dżem 25 g 1 szt	
	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;	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: 1875.20 kcal; Białko ogółem: 51.78 g; Tłuszcz: 29.55 g; Kw. tł. nasy.: 8.44 g; Węglowodany ogółem: 359.99 g; W tym cukry: 84.28 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 4.21 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: 2679.38 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 77.96 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 402.96 g; W tym cukry: 132.27 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 7.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna						
2024-10-10 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z dodat.wodyw.ost.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 cytrynąz/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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<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, 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	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	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-wędlna wieprzowa wędzona,parzona.z dod.wody.białka.wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)				
	Obiad		Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makarony pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surowka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml				
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	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 owoc leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt					
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 cytrynąz/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 cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 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 cytrynąz/c 250 ml					
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	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		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)				
	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;		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: 1705.76 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz: 30.34 g; Kw. tł. nasy.: 7.60 g; Węglowodany ogółem: 315.64 g; W tym cukry: 74.51 g; Błonnik pok.: 19.55 g; Sól: 4.40 g;		Wartość energetyczna: 1736.97 kcal; Białko ogółem: 53.79 g; Tłuszcz: 31.42 g; Kw. tł. nasy.: 8.21 g; Węglowodany ogółem: 315.57 g; W tym cukry: 74.96 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sól: 3.38 g;		Wartość energetyczna: 2716.89 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 86.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 391.53 g; W tym cukry: 110.58 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 7.49 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna
2024-10-11 piątek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 cytrynąz/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 jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	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 kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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 kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	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	
	Kolejacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw ost.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 łopatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 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>) Powidla śliwkowe 50 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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: 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;	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: 2825.19 kcal; Białko ogółem: 97.85 g; Tłuszcz: 87.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.78 g; Węglowodany ogółem: 423.90 g; W tym cukry: 155.77 g; Błonnik pok.: 34.99 g; Sól: 7.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna						
2024-10-12 sobota	Śniadanie	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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (2 szt) 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml					
	II ŚN	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)	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					
2024-10-12 sobota	Obiad	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	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) Klopsik drobiowy z udźca (b/ja) 50 g (GLU PSZ, SEL) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sytko (paraboliczny) 180 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml					
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	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)							
2024-10-12 sobota	Kolacja	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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ)	Kasza 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 cytrynąz/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 cytrynąz/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 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	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)						
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;		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: 1718.91 kcal; Białko ogółem: 52.56 g; Tłuszcz: 29.67 g; Kw. tł. nasy.: 7.35 g; Węglowodany ogółem: 323.16 g; W tym cukry: 92.72 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 3.08 g;		Wartość energetyczna: 2904.39 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 100.57 g; Kw. tł. nasy.: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 411.67 g; W tym cukry: 115.19 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 8.29 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK OZT 2 dzień	BIAL- DSK OZT 3 dzień	BIAL- DSK OZT 4 dzień	BIAL- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAL- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Wysokoenergetyczna	
2024-10-13 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 cytrynąz/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 cytrynąz/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
		II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
2024-10-13 niedziela	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 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 () 180 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	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	
2024-10-13 niedziela	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (<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 PSZ, GLU ŻYT</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 cytrynąz/c 250 ml	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 Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ</u>)
		Wartość energetyczna: 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;	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: 1654.58 kcal; Białko ogółem: 52.20 g; Tłuszcz: 28.82 g; Kw. tł. nasy.: 8.00 g; Węglowodany ogółem: 310.53 g; W tym cukry: 113.93 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 3.11 g;	Wartość energetyczna: 2711.64 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz: 88.37 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 385.56 g; W tym cukry: 101.92 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 6.80 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-09-30 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	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	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Makaron 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
		II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml	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 () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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 () 120 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 () 120 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 () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	
Kolacja	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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 35 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml			
PN	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g		
	Wartość energetyczna: 1974.98 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz: 53.50 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 310.66 g; W tym cukry: 124.03 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 1925.32 kcal; Białko ogółem: 53.80 g; Tłuszcz: 44.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.04 g; Węglowodany ogółem: 334.60 g; W tym cukry: 145.51 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 1.94 g;	Wartość energetyczna: 2239.75 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 52.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 379.14 g; W tym cukry: 136.57 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 1964.93 kcal; Białko ogółem: 56.22 g; Tłuszcz: 41.38 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 352.76 g; W tym cukry: 153.59 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 4.10 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 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-10-01 wtorek	Śniadanie	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 salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	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 cytrynąz/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
		II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Gruszka 1szt. 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłkopieczone 1szt. 1 szt
Obiad	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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 120 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 * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dyńia duszona z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	
	PD	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	
Kolejacja	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	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 cytrynąz/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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	
	PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chaika 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		
Wartość energetyczna: 2109.83 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 61.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.01 g; Węglowodany ogółem: 304.70 g; W tym cukry: 84.36 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 5.60 g;		Wartość energetyczna: 1704.00 kcal; Białko ogółem: 49.13 g; Tłuszcz: 39.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 294.16 g; W tym cukry: 87.88 g; Błonnik pok.: 20.37 g; Sól: 1.73 g;		Wartość energetyczna: 2146.61 kcal; Białko ogółem: 68.10 g; Tłuszcz: 50.31 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 364.87 g; W tym cukry: 105.04 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 4.82 g;	
Wartość energetyczna: 2161.65 kcal; Białko ogółem: 69.32 g; Tłuszcz: 51.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.89 g; Węglowodany ogółem: 366.00 g; W tym cukry: 105.81 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 4.60 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 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łl.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-10-02 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Ryż 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 Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)		
	II Szt	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	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)			
	Obiad	Rosół z makaronem (l) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki po francusku z olejem b/c (l) 100 g Kalaftor gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) (l) 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 50 g Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane (l) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (l) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (l) 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 oprószane (l) 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (l) 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 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	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	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/c 250 ml	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 cytrynąz/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 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>)	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1986.02 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 49.19 g; Kw. tł. nasy.: 14.98 g; Węglowodany ogółem: 300.71 g; W tym cukry: 83.99 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 1841.56 kcal; Białko ogółem: 53.71 g; Tłuszcz: 50.89 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 299.37 g; W tym cukry: 92.14 g; Błonnik pok.: 20.36 g; Sól: 1.62 g;	Wartość energetyczna: 1761.15 kcal; Białko ogółem: 63.72 g; Tłuszcz: 47.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 278.27 g; W tym cukry: 84.86 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 3.49 g;	Wartość energetyczna: 1923.27 kcal; Białko ogółem: 71.21 g; Tłuszcz: 52.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 307.10 g; W tym cukry: 101.06 g; Błonnik pok.: 22.16 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 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-10-03 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g		Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
2024-10-03 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Klopsik drobiowy z udzca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Ciukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Marchew gotowana z olejem () 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 Klopsik wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 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 b/c 200 ml Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c bezglutenowy 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	
2024-10-03 czwartek	Kolacja	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 podstawowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 35 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.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: 2180.47 kcal; Białko ogółem: 70.45 g; Tłuszcz: 65.69 g; Kw. tł. nasy.: 15.93 g; Węglowodany ogółem: 337.84 g; W tym cukry: 96.95 g; Błonnik pok.: 34.73 g; Sól: 4.56 g;	Wartość energetyczna: 1897.18 kcal; Białko ogółem: 53.45 g; Tłuszcz: 43.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.23 g; Węglowodany ogółem: 331.37 g; W tym cukry: 122.17 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 1.81 g;	Wartość energetyczna: 2274.72 kcal; Białko ogółem: 75.08 g; Tłuszcz: 52.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 386.38 g; W tym cukry: 174.12 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2037.62 kcal; Białko ogółem: 58.41 g; Tłuszcz: 45.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 360.05 g; W tym cukry: 151.35 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 4.82 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 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-10-04 piątek	Śniadanie	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 salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	
	II ŚN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z brokula * 20 g Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 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	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* 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 () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Brokuł gotowany* 120 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 w sosie wanilinowym 200 g (<u>MLE</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g (<u>MLE</u>)		
	Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 cytrynąz/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>) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)			
		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;	Wartość energetyczna: 1734.94 kcal; Białko ogółem: 56.53 g; Tłuszcz: 46.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 280.32 g; W tym cukry: 94.52 g; Błonnik pok.: 18.43 g; Sól: 2.10 g;	Wartość energetyczna: 2104.55 kcal; Białko ogółem: 73.87 g; Tłuszcz: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 343.93 g; W tym cukry: 107.77 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 5.44 g;	Wartość energetyczna: 1915.33 kcal; Białko ogółem: 69.83 g; Tłuszcz: 48.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 317.92 g; W tym cukry: 105.14 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 4.55 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 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.ł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-10-05 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c bezglutenowy 200 ml Wafle ryżowe 30 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) 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	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 () 120 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 () 120 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	Melon 100 g Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)	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>)	
	Kolejacja	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 Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</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: 2167.32 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 320.13 g; W tym cukry: 75.23 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 1904.65 kcal; Białko ogółem: 61.59 g; Tłuszcz: 39.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 332.35 g; W tym cukry: 105.41 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sól: 1.67 g;	Wartość energetyczna: 2052.97 kcal; Białko ogółem: 78.28 g; Tłuszcz: 51.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 332.02 g; W tym cukry: 115.57 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 4.73 g;	Wartość energetyczna: 1896.44 kcal; Białko ogółem: 68.64 g; Tłuszcz: 45.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 316.02 g; W tym cukry: 102.07 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.44 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 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-10-06 niedziela	Śniadanie	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.rozdz.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozdz.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozdz.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c bezglutenowy 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, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Obiad	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/ś 150 g Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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* 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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 * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	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>)		
	Kolejnia	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 35 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 35 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 35 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g 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: 2044.68 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 66.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 271.19 g; W tym cukry: 73.91 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 1741.14 kcal; Białko ogółem: 49.57 g; Tłuszcz: 49.62 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 281.89 g; W tym cukry: 95.17 g; Błonnik pok.: 19.62 g; Sól: 1.93 g;	Wartość energetyczna: 2065.74 kcal; Białko ogółem: 86.03 g; Tłuszcz: 57.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 306.74 g; W tym cukry: 97.69 g; Błonnik pok.: 16.84 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 1752.39 kcal; Białko ogółem: 60.76 g; Tłuszcz: 41.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.06 g; Węglowodany ogółem: 291.69 g; W tym cukry: 98.40 g; Błonnik pok.: 19.68 g; Sól: 4.30 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 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-10-07 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) 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 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>) Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) 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	
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Siwka 100 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos jarzynowy* 30 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>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ,</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (<u>SEL,</u>) Dyńka z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Dyńka duszona z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)		
	Kolacja	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 diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Ryż 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 cytryną/z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>)		
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 20 g		
		Wartość energetyczna: 1955.30 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz: 52.72 g; Kw. tł. nasy.: 16.27 g; Węglowodany ogółem: 304.02 g; W tym cukry: 75.65 g; Błonnik pok.: 29.89 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 1823.62 kcal; Białko ogółem: 53.04 g; Tłuszcz: 39.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; Węglowodany ogółem: 319.41 g; W tym cukry: 101.27 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 1.89 g;	Wartość energetyczna: 2158.08 kcal; Białko ogółem: 75.72 g; Tłuszcz: 53.19 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 354.40 g; W tym cukry: 115.60 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 4.79 g;	Wartość energetyczna: 2017.03 kcal; Białko ogółem: 66.42 g; Tłuszcz: 47.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; W tym cukry: 102.24 g; Błonnik pok.: 22.43 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 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-10-08 wtorek	Śniadanie	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 cytrynąz/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 50 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml		
	II ŚN	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g	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 kiel.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	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Rolałka drobiowa 90 g (<u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Salatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna 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>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt		
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	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	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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 50 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Makaron 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 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>)	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: 2080.09 kcal; Białko ogółem: 95.25 g; Tłuszcz: 52.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.29 g; Węglowodany ogółem: 318.36 g; W tym cukry: 97.12 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 1834.78 kcal; Białko ogółem: 68.67 g; Tłuszcz: 43.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 298.45 g; W tym cukry: 71.33 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 2.06 g;	Wartość energetyczna: 2114.03 kcal; Białko ogółem: 78.35 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 344.56 g; W tym cukry: 71.98 g; Błonnik pok.: 18.66 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 1933.78 kcal; Białko ogółem: 62.98 g; Tłuszcz: 40.07 g; Kw. tł. nasy.: 17.85 g; Węglowodany ogółem: 339.94 g; W tym cukry: 84.65 g; Błonnik pok.: 18.65 g; Sól: 4.76 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 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-10-09 środa	Śniadanie	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 podstawowa 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bulka 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 JECZ.</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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 JECZ.</u>)	
		Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>)				
2024-10-09 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 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* 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez 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) 30 ml (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi 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 () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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 kiszzonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
2024-10-09 środa	Kolacja	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	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	Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Dżem 25 g 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>) Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2198.11 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz: 62.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 334.91 g; W tym cukry: 91.70 g; Błonnik pok.: 35.30 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 1999.46 kcal; Białko ogółem: 64.18 g; Tłuszcz: 49.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.22 g; Węglowodany ogółem: 334.25 g; W tym cukry: 99.77 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sól: 1.99 g;	Wartość energetyczna: 2198.72 kcal; Białko ogółem: 93.93 g; Tłuszcz: 52.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 350.61 g; W tym cukry: 130.87 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 1889.67 kcal; Białko ogółem: 71.44 g; Tłuszcz: 43.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 318.76 g; W tym cukry: 98.11 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 4.49 g;	Wartość energetyczna: 409.26 kcal; Białko ogółem: 9.04 g; Tłuszcz: 9.23 g; Kw. tł. nasy.: 1.96 g; Węglowodany ogółem: 76.50 g; W tym cukry: 14.52 g; Błonnik pok.: 8.13 g; Sól: 1.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-10-10 czwartek	Śniadanie	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, S02.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
		II ŚN	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	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>)
2024-10-10 czwartek	Obiad	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>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	
		PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
2024-10-10 czwartek	Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z salata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa 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>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)		
		Wartość energetyczna: 2109.52 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.67 g; Węglowodany ogółem: 285.85 g; W tym cukry: 78.63 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 1705.47 kcal; Białko ogółem: 62.25 g; Tłuszcz: 46.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 263.45 g; W tym cukry: 82.11 g; Błonnik pok.: 16.76 g; Sól: 1.75 g;	Wartość energetyczna: 2169.48 kcal; Białko ogółem: 84.09 g; Tłuszcz: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; W tym cukry: 113.65 g; Błonnik pok.: 14.23 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 2028.43 kcal; Białko ogółem: 74.79 g; Tłuszcz: 53.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 330.55 g; W tym cukry: 100.29 g; Błonnik pok.: 15.05 g; Sól: 4.60 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 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łl.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-10-11 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	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 cytrynąz/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>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	
	II ŚN	Melon 200 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c bezglutenowy 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	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) <i>może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SÓZ, MCK.</i> Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Koktajl truskawkowy* 250 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Koktajl truskawkowy* 250 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	Kolejnia	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>)	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 cytrynąz/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 35 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 35 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	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: 2450.66 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 382.73 g; W tym cukry: 143.21 g; Błonnik pok.: 36.24 g; Sól: 6.39 g;	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: 2155.00 kcal; Białko ogółem: 81.77 g; Tłuszcz: 61.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 328.97 g; W tym cukry: 111.98 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 1996.24 kcal; Białko ogółem: 64.43 g; Tłuszcz: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 334.44 g; W tym cukry: 126.69 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 3.77 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 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.ł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-10-12 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU,PSZ, MLE, GOR.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną/b/c 250 ml	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 50 g 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 b/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 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 () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypk (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		
	Kolacja	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, SÓZ.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Rolada z topatki wieprzowej 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną/z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓZ.</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)		
	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>) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)		
	Wartość energetyczna: 2065.69 kcal; Białko ogółem: 85.05 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 326.69 g; W tym cukry: 78.09 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 1883.75 kcal; Białko ogółem: 53.81 g; Tłuszcz: 45.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 323.59 g; W tym cukry: 102.09 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 1.94 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 2024-09-30 do dnia 2024-10-13 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.łl.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-10-13 niedziela	Śniadanie	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 mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytrynąz/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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 JEJCZ.</u>)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JEJCZ.</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 JEJCZ.</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>) Salata zielona 10 g	Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
Obiad	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 90 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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		
	Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c bezglutenowy 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		
Kolejnia	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytrynąb/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 35 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytrynąz/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			
	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt				
PN	Wartość energetyczna: 1903.51 kcal; Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 17.28 g; Węglowodany ogółem: 270.24 g; W tym cukry: 56.42 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 5.90 g;	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,