

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-09 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 30 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 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> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 30 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 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> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 30 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 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> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) 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> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą 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	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g					
	II ŚN							
		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> ) 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> ) 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
	Obiad							
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Galaretką o smaku truskawkowym 200 g Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )					
	PD							
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 sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek z ziołami 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Twarożek z ziołami 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
Kolacja								
	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 Kubaś 0,3L 1 szt						
PN								
	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2323.30 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 337.50 g; W tym cukry: 125.89 g; Błonnik pok.: 18.83 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 1979.49 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz: 56.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 294.05 g; W tym cukry: 115.90 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 3.74 g;	Wartość energetyczna: 2643.46 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 384.71 g; W tym cukry: 126.84 g; Błonnik pok.: 19.82 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2369.47 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 78.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 323.34 g; W tym cukry: 94.83 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 5.08 g;	Wartość energetyczna: 2186.43 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 54.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 337.21 g; W tym cukry: 127.39 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 1966.74 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 30.47 g; Kw. tł. nasy.: 12.22 g; Węglowodany ogółem: 336.57 g; W tym cukry: 127.35 g; Błonnik pok.: 16.11 g; Sól: 2.56 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-10 wtorek	Sniadanie	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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) 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 Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni staropolski 56 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1szt) 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni staropolski 112 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g				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 wieprzowej 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 wieprzowy 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 wieprzowej 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 wieprzowej 90 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Dynia 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 wieprzowej 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 wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Dynia duszona z olejem* 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.)				Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ.)		
Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Paszтет szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет szefa z dodatkiem białka sojowego 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/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.) Paszтет szefa z dodatkiem białka sojowego 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą 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 diete podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Chąłka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)						
PN	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2398.67 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 87.20 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 319.96 g; W tym cukry: 102.75 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 1985.94 kcal; Białko ogółem: 69.15 g; Tłuszcz: 66.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 286.93 g; W tym cukry: 101.02 g; Błonnik pok.: 19.23 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 2806.26 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 105.59 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 365.65 g; W tym cukry: 103.93 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2375.12 kcal; Białko ogółem: 95.10 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 341.11 g; W tym cukry: 109.33 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 2269.50 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 327.37 g; W tym cukry: 102.42 g; Błonnik pok.: 18.92 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 1928.84 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Tłuszcz: 39.18 g; Kw. tł. nasy.: 7.97 g; Węglowodany ogółem: 326.23 g; W tym cukry: 91.74 g; Błonnik pok.: 18.95 g; Sól: 5.06 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-11 środa	Sniadanie	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> ) Sałatka meksykańska z fasolą 150 g ( <u>JAJ SEL GOR</u> ) Szynkowa dębowa Kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka meksykańska z fasolą 100 g ( <u>JAJ SEL GOR</u> ) Szynkowa dębowa Kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ SEL ŻYT</u> ) Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ SOJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka meksykańska z fasolą 150 g ( <u>JAJ SEL GOR</u> ) Szynkowa dębowa Kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	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 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> ) Szynkowa dębowa Kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 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 cytryną z/c 250 ml
		II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z truskawek* 60 g				
	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 50 g ( <u>GLU PSZ JAJ</u> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Buraczki po francusku z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 220 g Kotlet mielony drobiowy 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> ) Kalaifior 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 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	Grysiwka ( ) 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</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Mandarynka 1 szt Biszkopy 30 g ( <u>GLU PSZ JAJ MLE GLU JECZ</u> )			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopy 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> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ JAJ SOJ MLE SEL GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ JAJ SOJ MLE SEL GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ JAJ SOJ MLE SEL GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ JAJ SOJ MLE SEL GOR</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ JAJ SOJ MLE SEL GOR</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ JAJ SOJ MLE SEL GOR</u> ) Miks warzyw na diecie 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	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: 2451.45 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 90.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.94 g; Węglowodany ogółem: 321.45 g; W tym cukry: 102.10 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 1897.14 kcal; Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 61.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 262.98 g; W tym cukry: 100.67 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 2822.88 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 93.00 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 396.32 g; W tym cukry: 103.81 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2179.45 kcal; Białko ogółem: 101.76 g; Tłuszcz: 76.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 281.87 g; W tym cukry: 90.01 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 1921.05 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 53.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 281.25 g; W tym cukry: 102.22 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sól: 5.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-12 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )	Bułka 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* 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u> ) Masło extra 82% 10 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 JĘCZ</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* 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Sałatka jarzynowa* 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Mikłs warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Banan 1szt. 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )					
2024-12-12 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> ) Surówka z marchwi i selera z olejem () 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pomidorowy 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	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 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	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 Surówka 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 młeka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180 g Kłopsik 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
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )					
2024-12-12 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> ) Mikłs 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> ) Mikłs 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> ) Mikłs 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> ) Mikłs 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> ) Mikłs warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE</u> ) Mikłs warzyw na dietę 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	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )					
2024-12-12 czwartek	PN	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2596.88 kcal; Białko ogółem: 76.48 g; Tłuszcz: 88.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 388.11 g; W tym cukry: 161.30 g; Błonnik pok.: 31.63 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2293.32 kcal; Białko ogółem: 71.85 g; Tłuszcz: 74.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 346.07 g; W tym cukry: 158.80 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2836.40 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 38.40 g; Węglowodany ogółem: 433.92 g; W tym cukry: 161.58 g; Błonnik pok.: 34.54 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2698.02 kcal; Białko ogółem: 80.42 g; Tłuszcz: 96.17 g; Kw. tł. nasy.: 37.68 g; Węglowodany ogółem: 393.42 g; W tym cukry: 162.94 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2278.90 kcal; Białko ogółem: 72.42 g; Tłuszcz: 69.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 351.76 g; W tym cukry: 153.17 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2059.36 kcal; Białko ogółem: 75.81 g; Tłuszcz: 40.93 g; Kw. tł. nasy.: 10.95 g; Węglowodany ogółem: 360.34 g; W tym cukry: 148.87 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 4.05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-13 piątek	Sniadanie	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 dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb 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 dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb 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 dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )					Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Ryba smażona (Dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> ) Brokuł gotowany* 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	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g ( <u>MLE</u> )						
Kolejca	Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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 dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, 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: 2304.79 kcal; Białko ogółem: 81.16 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 337.10 g; W tym cukry: 108.65 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 1913.84 kcal; Białko ogółem: 66.96 g; Tłuszcz: 56.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 291.77 g; W tym cukry: 103.97 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sól: 3.48 g;	Wartość energetyczna: 2591.36 kcal; Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 76.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; Węglowodany ogółem: 393.89 g; W tym cukry: 110.40 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 2264.52 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 341.23 g; W tym cukry: 110.36 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 2135.40 kcal; Białko ogółem: 84.58 g; Tłuszcz: 61.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 322.75 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 1500.82 kcal; Białko ogółem: 60.15 g; Tłuszcz: 14.13 g; Kw. tł. nasy.: 4.85 g; Węglowodany ogółem: 294.99 g; W tym cukry: 98.90 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 3.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-14 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml ( <b>SEL</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 128 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete 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 śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 30 g					
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLUPSZ, JECZ</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLUPSZ, JECZ</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 220 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLUPSZ, JECZ</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLUPSZ, JECZ</b> ) Marchew gotowana 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 ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt. 1 szt					
	Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diete 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 ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> )					
		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: 2549.17 kcal; Białko ogółem: 100.27 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 375.06 g; W tym cukry: 136.45 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2248.30 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; Tłuszcz: 65.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 337.92 g; W tym cukry: 135.26 g; Błonnik pok.: 20.46 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 2893.38 kcal; Białko ogółem: 116.74 g; Tłuszcz: 83.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 438.40 g; W tym cukry: 137.37 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2591.70 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 77.76 g; Kw. tł. nasy.: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 393.78 g; W tym cukry: 143.25 g; Błonnik pok.: 32.11 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2401.03 kcal; Białko ogółem: 87.79 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 370.78 g; W tym cukry: 143.37 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 1987.79 kcal; Białko ogółem: 73.59 g; Tłuszcz: 37.12 g; Kw. tł. nasy.: 9.70 g; Węglowodany ogółem: 360.46 g; W tym cukry: 124.96 g; Błonnik pok.: 28.77 g; Sól: 4.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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						
2024-12-15 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL.)	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ SOJ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ SOJ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ SOJ.) Chleb żytni razowy 32g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml					
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20g (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 () 180g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150g Surówka z kapusty białej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50g Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150g Surówka z kapusty białej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150g Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150g Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml						
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Gruszka 1szt. 150g Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)			Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)							
Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70g (MLE.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek 70g (MLE.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml						
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	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: 2182.67 kcal; Białko ogółem: 89.98 g; Tłuszcz: 70.47 g; Kw. tł. nasy.: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 303.46 g; W tym cukry: 106.80 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 5.58 g;		Wartość energetyczna: 1724.18 kcal; Białko ogółem: 61.15 g; Tłuszcz: 45.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 272.95 g; W tym cukry: 105.54 g; Błonnik pok.: 21.42 g; Sól: 4.85 g;		Wartość energetyczna: 2436.27 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 73.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 349.85 g; W tym cukry: 107.53 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sól: 7.22 g;		Wartość energetyczna: 2168.71 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz: 70.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 299.43 g; W tym cukry: 102.68 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 5.16 g;		Wartość energetyczna: 2142.44 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 292.33 g; W tym cukry: 91.50 g; Błonnik pok.: 17.65 g; Sól: 5.96 g;		Wartość energetyczna: 1810.05 kcal; Białko ogółem: 87.54 g; Tłuszcz: 47.73 g; Kw. tł. nasy.: 13.92 g; Węglowodany ogółem: 268.17 g; W tym cukry: 90.58 g; Błonnik pok.: 17.22 g; Sól: 4.76 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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 Łatwostrawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa	
2024-12-16 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 128 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет szefa z dodatkiem białka sojowego 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</b> ) Miks warzyw na diete lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</b> ) Miks warzyw na diete lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt. 1 szt					
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Placki sermiczki pieczone 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Placki sermiczki pieczone 150 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Placki sermiczki pieczone 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z selera i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )					
	Kolejca	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 50 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z mixem sałat 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diete lekkostrawną z mixem sałat 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	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )					
		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: 2756.52 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 111.54 g; Kw. tł. nasy.: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 359.66 g; W tym cukry: 160.33 g; Błonnik pok.: 20.04 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 2156.58 kcal; Białko ogółem: 69.09 g; Tłuszcz: 72.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 315.04 g; W tym cukry: 145.93 g; Błonnik pok.: 17.67 g; Sól: 4.22 g;	Wartość energetyczna: 3046.97 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 116.37 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 412.45 g; W tym cukry: 161.28 g; Błonnik pok.: 23.15 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2308.13 kcal; Białko ogółem: 82.64 g; Tłuszcz: 64.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 362.00 g; W tym cukry: 126.29 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 5.45 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-17 wtorek	Sniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Galaretką o smaku truskawkowym 200 g 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	Wielowarzywna z zacierką ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos pietruszkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 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 ( ) 220 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 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 Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g 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 ( ) 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Pomarańcza 150 g Chałka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )					Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chałka 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 wiśniowym b/c 200 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na 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> ) 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 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 ( <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: 2280.12 kcal; Białko ogółem: 95.25 g; Tłuszcz: 62.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 335.90 g; W tym cukry: 79.71 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 1963.45 kcal; Białko ogółem: 77.55 g; Tłuszcz: 50.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; Węglowodany ogółem: 299.49 g; W tym cukry: 76.20 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2510.53 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 381.78 g; W tym cukry: 79.89 g; Błonnik pok.: 28.53 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2328.79 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.04 g; Węglowodany ogółem: 349.82 g; W tym cukry: 89.73 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2135.39 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 50.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 331.86 g; W tym cukry: 84.56 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 1904.93 kcal; Białko ogółem: 93.08 g; Tłuszcz: 27.18 g; Kw. tł. nasy.: 8.91 g; Węglowodany ogółem: 328.35 g; W tym cukry: 86.65 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sól: 4.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30g (RYB, SEL.) Piersz gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Miksy warzyw na diecie podstawową 40g Kawa z mlekiem instant* 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Miksy warzyw na diecie podstawową 40g Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30g (RYB, SEL.) Piersz gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Kawa z mlekiem instant* 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30g (RYB, SEL.) Piersz gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Miksy warzyw na diecie podstawową 40g Kawa z mlekiem instant* 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 64g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Piersz gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Kawa z mlekiem instant* 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Piersz gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Miksy warzyw na diecie lekkostrawną 40g Kawa z mlekiem instant* 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Piersz gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Miksy warzyw na diecie lekkostrawną 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Koktajl wielowocowy* 200 ml (MLE.) Wafle ryżowe 30g				
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana ()* 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Drożdżówka mini 50g 50g (GLUPSZ, JAJ.) Kasza kuskus/sypko 180g (GLUPSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana ()* 250 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Drożdżówka mini 50g 50g (GLUPSZ, JAJ.) Kasza kuskus/sypko 100g (GLUPSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa 50g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana ()* 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Drożdżówka mini 50g 50g (GLUPSZ, JAJ.) Kasza kuskus/sypko 220g (GLUPSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana ()* 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Drożdżówka mini 50g 50g (GLUPSZ, JAJ.) Kasza kuskus/sypko 180g (GLUPSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100g Brokuł gotowany* 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana ()* 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Drożdżówka mini 50g 50g (GLUPSZ, JAJ.) Kasza kuskus/sypko 180g (GLUPSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana ()* 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Drożdżówka mini 50g 50g (GLUPSZ, JAJ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Gruszka 1szt. 150g Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)
Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 64g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Ser topiony 40g (MLE.) Miksy warzyw na diecie podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 64g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Ser topiony 40g (MLE.) Miksy warzyw na diecie podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 128g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Ser topiony 40g (MLE.) Miksy warzyw na diecie podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 64g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt
	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	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25g 1 szt				Dżem 25g 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	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: 2579.14 kcal; Białko ogółem: 87.12 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 406.10 g; W tym cukry: 123.29 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2219.12 kcal; Białko ogółem: 71.76 g; Tłuszcz: 56.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 363.33 g; W tym cukry: 122.37 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2896.19 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 72.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 468.97 g; W tym cukry: 124.05 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2563.72 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 411.90 g; W tym cukry: 127.33 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 2504.47 kcal; Białko ogółem: 92.00 g; Tłuszcz: 62.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 399.12 g; W tym cukry: 126.01 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2257.21 kcal; Białko ogółem: 84.92 g; Tłuszcz: 36.91 g; Kw. tł. nasy.: 11.72 g; Węglowodany ogółem: 410.40 g; W tym cukry: 134.99 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 4.87 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-19 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml ( <i>SEL</i> )	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <i>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</i> ) Masło extra 82% 15g ( <i>MLE</i> ) Pasta z fasoli 30g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g ( <i>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</i> ) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant* 250 ml ( <i>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</i> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <i>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</i> ) Masło extra 82% 10g ( <i>MLE</i> ) Pasta z fasoli 30g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g ( <i>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</i> ) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant* 250 ml ( <i>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</i> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <i>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</i> ) Masło extra 82% 15g ( <i>MLE</i> ) Pasta z fasoli 30g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <i>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</i> ) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant* 250 ml ( <i>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</i> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <i>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</i> ) Masło extra 82% 15g ( <i>MLE</i> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <i>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</i> ) Kawa z mlekiem instant* 250 ml ( <i>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</i> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i> ) Masło extra 82% 15g ( <i>MLE</i> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <i>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</i> ) Miks warzyw na diete lekkostrawną sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant* 250 ml ( <i>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</i> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <i>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</i> ) Miks warzyw na diete lekkostrawną sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt
		II SN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <i>MLE</i> ) Chrupki kukurydziane 20g					
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <i>SEL</i> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami ()* 350 ml ( <i>GLU PSZ, MLE, SEL</i> ) Chaika* 80g ( <i>GLU PSZ, JAJ</i> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180g Sos boloński z mięsa wp () 150g ( <i>GLU PSZ, MLE, SEL</i> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ()* 250 ml ( <i>GLU PSZ, MLE, SEL</i> ) Chaika* 80g ( <i>GLU PSZ, JAJ</i> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 100g Sos boloński z mięsa wp () 100g ( <i>GLU PSZ, MLE, SEL</i> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ()* 350 ml ( <i>GLU PSZ, MLE, SEL</i> ) Chaika* 80g ( <i>GLU PSZ, JAJ</i> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180g Sos boloński z mięsa wp () 200g ( <i>GLU PSZ, MLE, SEL</i> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ()* 350 ml ( <i>GLU PSZ, MLE, SEL</i> ) Chaika* 80g ( <i>GLU PSZ, JAJ</i> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g ( <i>GLU PSZ, SEL</i> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 ml ( <i>MLE</i> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ()* 350 ml ( <i>GLU PSZ, MLE, SEL</i> ) Chaika* 80g ( <i>GLU PSZ, JAJ</i> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g ( <i>GLU PSZ, SEL</i> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ()* 350 ml ( <i>GLU PSZ, MLE, SEL</i> ) Chaika* 80g ( <i>GLU PSZ, JAJ</i> ) Ryz na sypko (paraboliczny) 180g Klopsik wieprzowy 80g ( <i>GLU PSZ, JAJ</i> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <i>GLU PSZ</i> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml				Wafle tortowe 25g ( <i>GLU PSZ, SOJ</i> ) Gruszka 1szt. 150g		Wafle tortowe 25g ( <i>GLU PSZ, SOJ</i> ) Jabłko pieczone 1szt. 1szt
PN	Kolejca	Bulion warzywny () 250 ml ( <i>SEL</i> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i> ) Masło extra 82% 15g ( <i>MLE</i> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i> ) Masło extra 82% 10g ( <i>MLE</i> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i> ) Masło extra 82% 15g ( <i>MLE</i> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 64g ( <i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i> ) Masło extra 82% 15g ( <i>MLE</i> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i> ) Masło extra 82% 15g ( <i>MLE</i> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diete lekkostrawną sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diete lekkostrawną sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt
		Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <i>GLU PSZ, MLE</i> )						
	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: 2377.66 kcal; Białko ogółem: 78.11 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 365.46 g; W tym cukry: 88.30 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2059.22 kcal; Białko ogółem: 68.78 g; Tłuszcz: 56.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 325.72 g; W tym cukry: 86.00 g; Błonnik pok.: 18.92 g; Sól: 4.33 g;	Wartość energetyczna: 2571.19 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 77.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 386.78 g; W tym cukry: 89.88 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2461.09 kcal; Białko ogółem: 77.01 g; Tłuszcz: 83.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 359.50 g; W tym cukry: 87.64 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 2255.93 kcal; Białko ogółem: 73.41 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 339.91 g; W tym cukry: 86.02 g; Błonnik pok.: 18.67 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 1957.64 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz: 40.65 g; Kw. tł. nasy.: 9.44 g; Węglowodany ogółem: 335.90 g; W tym cukry: 76.66 g; Błonnik pok.: 16.66 g; Sól: 4.25 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-20 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 Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody,biłka wp 40 g ( <u>SOJ, 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	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
2024-12-20 piątek	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 Kotlet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty kiszonej 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 Kotlet z ryby (Dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty kiszonej 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 Kotlet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty kiszonej 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 Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> ) Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty kiszonej 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 Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</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> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )		Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )		Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt
2024-12-20 piątek	Kolejca	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 UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDK) 200 ml	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )				
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2407.72 kcal; Białko ogółem: 82.04 g; Tłuszcz: 82.34 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 345.86 g; W tym cukry: 132.44 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2017.98 kcal; Białko ogółem: 66.60 g; Tłuszcz: 64.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 302.35 g; W tym cukry: 132.38 g; Błonnik pok.: 20.35 g; Sól: 5.12 g;	Wartość energetyczna: 2704.31 kcal; Białko ogółem: 88.96 g; Tłuszcz: 84.79 g; Kw. tł. nasy.: 36.79 g; Węglowodany ogółem: 407.44 g; W tym cukry: 142.38 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2430.87 kcal; Białko ogółem: 91.96 g; Tłuszcz: 74.66 g; Kw. tł. nasy.: 35.78 g; Węglowodany ogółem: 363.31 g; W tym cukry: 148.02 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2200.84 kcal; Białko ogółem: 81.93 g; Tłuszcz: 57.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 345.92 g; W tym cukry: 151.66 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 1891.61 kcal; Białko ogółem: 74.12 g; Tłuszcz: 24.38 g; Kw. tł. nasy.: 8.03 g; Węglowodany ogółem: 353.15 g; W tym cukry: 154.63 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 3.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-21 sobota	Sniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1 szt) 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1 szt) 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (2 szt) 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczak 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurczak 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt. 1 szt				
2024-12-21 sobota	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 90 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Twarożek na słodko 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z truskawek* 60 g				
2024-12-21 sobota	Kolacja	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z makaronu-dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z makaronu-dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z makaronu-dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na 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	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )				
		Wartość energetyczna: 747.32 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 163.12 g; W tym cukry: 117.99 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2721.90 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 91.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 387.21 g; W tym cukry: 150.01 g; Błonnik pok.: 33.37 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2352.64 kcal; Białko ogółem: 87.21 g; Tłuszcz: 75.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 341.81 g; W tym cukry: 146.23 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 3177.92 kcal; Białko ogółem: 113.22 g; Tłuszcz: 107.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 451.86 g; W tym cukry: 150.78 g; Błonnik pok.: 37.87 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2485.39 kcal; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 76.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 363.44 g; W tym cukry: 153.45 g; Błonnik pok.: 33.13 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2279.77 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 342.97 g; W tym cukry: 146.47 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 1880.23 kcal; Białko ogółem: 77.92 g; Tłuszcz: 32.57 g; Kw. tł. nasy.: 8.46 g; Węglowodany ogółem: 336.11 g; W tym cukry: 130.32 g; Błonnik pok.: 20.77 g; Sól: 4.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-22 niedziela	Sniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> )	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb żytni staropolski 112 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Koktajl wielooowocowy* 200 ml ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 30 g					
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Kotlet schabowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Kotlet schabowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos własny ( ) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 220 g Kotlet schabowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos własny ( ) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sos własny ( ) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos własny ( ) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Gruszka 1szt. 150 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Gruszka 1szt. 150 g	Gruszka 1szt. 150 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
Kolejaja	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE</b> ) 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 truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</b> )						
Wartość energetyczna: 747.32 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 163.12 g; W tym cukry: 117.99 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;		Wartość energetyczna: 2277.17 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 335.43 g; W tym cukry: 108.68 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 1893.08 kcal; Białko ogółem: 64.49 g; Tłuszcz: 52.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 297.20 g; W tym cukry: 105.82 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2557.52 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 391.63 g; W tym cukry: 109.86 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2280.95 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz: 65.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 348.51 g; W tym cukry: 110.42 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2194.29 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 62.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 334.88 g; W tym cukry: 107.68 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 1875.96 kcal; Białko ogółem: 78.90 g; Tłuszcz: 36.19 g; Kw. tł. nasy.: 10.69 g; Węglowodany ogółem: 319.76 g; W tym cukry: 101.45 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 4.47 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna
Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miksz warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 20g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Filet z indyka gotowany (bez soli) 40g Miksz warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z makiem 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 10g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20g Sałata zielona 10g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20g	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20g	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20g	
Obiad	Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe () 300g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe () 300g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Kluski śląskie() 150g ( <u>JAJ.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez soli) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe () 300g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 100g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy*(bez mleka) 30 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Podplomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Galaretko o smaku truskawkowym 200g	Galaretko o smaku truskawkowym 200g Podplomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Galaretko o smaku truskawkowym 200g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Wafle ryżowe 30g	Galaretko o smaku truskawkowym 200g Podplomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z ziołami 70g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z ziołami 70g ( <u>MLE.</u> ) Miksz warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z ziołami 30g ( <u>MLE.</u> ) Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Rolada z łopatkii wieprzowej (bez soli) 40g Miksz warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Twarożek z ziołami 70g ( <u>MLE.</u> ) Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Twarożek z ziołami 70g ( <u>MLE.</u> ) Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40g Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3l 1 szt			Chleb żytni razowy 32g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Twarożek z ziołami 20g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10g	Sok przecierowy Kubuś 0,3l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2055.50 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 53.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 309.88 g; W tym cukry: 97.58 g; Błonnik pok.: 13.27 g; Sól: 2.79 g;	Wartość energetyczna: 2045.07 kcal; Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz: 54.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 319.08 g; W tym cukry: 108.37 g; Błonnik pok.: 18.30 g; Sól: 3.77 g;	Wartość energetyczna: 1812.73 kcal; Białko ogółem: 53.71 g; Tłuszcz: 41.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 309.90 g; W tym cukry: 91.39 g; Błonnik pok.: 19.02 g; Sól: 2.74 g;	Wartość energetyczna: 2133.75 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 321.41 g; W tym cukry: 125.80 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 1600.68 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz: 32.50 g; Kw. tł. nasy.: 6.97 g; Węglowodany ogółem: 257.48 g; W tym cukry: 68.71 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 3.46 g;	Wartość energetyczna: 1981.07 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; Węglowodany ogółem: 280.64 g; W tym cukry: 45.08 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 1891.54 kcal; Białko ogółem: 66.97 g; Tłuszcz: 42.16 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 321.23 g; W tym cukry: 97.22 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 5.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2024-12-10 wtorek	<b>Sniadanie</b>	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <b>może zawierać: GLU,PSZ, MLE, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <b>może zawierać: GLU,PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miksz warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 20 g ( <b>może zawierać: GLU,PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem (bez soli) 30 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Miksz warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU,PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <b>może zawierać: GLU,PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 40 g Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	<b>II SN</b>	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Gruszka 1szt. 150 g	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 Ogórek kiszony 50 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> ) Gruszka 1szt. 150 g
	<b>Obiad</b>	Solferino () 350 ml ( <b>GLU,PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU,PSZ, MLE.</b> ) Dynia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU,PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU,PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU,PSZ, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* (pełnoziarnisty) 300 g ( <b>GLU,PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU,PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty (bez soli) 180 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Bitka z szynki wieprzowej (bez soli) 80 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Sos koperkowy *(bez soli) 30 ml ( <b>GLU,PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () (bez soli) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 200 ml ( <b>GLU,PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 90 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU,PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU,PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU,PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU,PSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLU,PSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	<b>PD</b>	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <b>GLU,PSZ, MLE.</b> )		Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <b>GLU,PSZ, MLE.</b> )	Wafle ryżowe 30 g	Gruszka 1szt. 150 g Wafle ryżowe 30 g	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <b>GLU,PSZ.</b> )
	<b>Kolejka</b>	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miksz warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miksz warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	<b>PN</b>	Chalka 50 g ( <b>GLU,PSZ, JAJ.</b> )					Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzonka,parzona z wodą dodaną 20 g ( <b>SOJ.może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2280.88 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 329.57 g; W tym cukry: 103.32 g; Błonnik pok.: 17.17 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2503.34 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 78.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 355.00 g; W tym cukry: 118.25 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 5.81 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: 2268.75 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 329.91 g; W tym cukry: 114.10 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sól: 2.78 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: 2089.41 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 65.03 g; Kw. tł. nasy.: 15.15 g; Węglowodany ogółem: 289.03 g; W tym cukry: 48.64 g; Błonnik pok.: 29.47 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 1955.47 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz: 51.61 g; Kw. tł. nasy.: 11.63 g; Węglowodany ogółem: 301.03 g; W tym cukry: 80.78 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 5.68 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2024-12-11 środa	Sniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70g ( <b>MLE.</b> ) Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Serek homo. naturalny 70g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Ser żółty 50g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
		II SN	Twarożek na słodko 100g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Mus z truskawek* 60g	Twarożek na słodko 100g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60g	Maślanka 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle tortowe 25g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 40g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Mus z truskawek* 60g
2024-12-11 środa	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 120g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Kotlety z brokuła* 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 120g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez soli) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone (bez soli) () 120g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100g Kalańior gotowany* 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100g Kalańior gotowany* 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Kotlet mielony drobiowy 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Buraczki po francusku z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> )	Mandarynka 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Mandarynka 1 szt Biszkopty 30g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> )	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30g	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30g	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30g
2024-12-11 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 40g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka wieprzowa gotowana 40g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20g Ogórek kiszony 50g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1925.15 kcal; Białko ogółem: 96.78 g; Tłuszcz: 54.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 278.49 g; W tym cukry: 100.34 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 2116.43 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw. tł. nasy.: 31.68 g; Węglowodany ogółem: 285.93 g; W tym cukry: 107.58 g; Błonnik pok.: 18.53 g; Sól: 4.48 g;	Wartość energetyczna: 1708.20 kcal; Białko ogółem: 43.14 g; Tłuszcz: 51.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 287.27 g; W tym cukry: 102.89 g; Błonnik pok.: 19.13 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 1915.73 kcal; Białko ogółem: 102.80 g; Tłuszcz: 54.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 269.18 g; W tym cukry: 96.62 g; Błonnik pok.: 16.11 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 1469.14 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 24.29 g; Kw. tł. nasy.: 6.34 g; Węglowodany ogółem: 235.10 g; W tym cukry: 47.22 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.20 g;	Wartość energetyczna: 1949.60 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 250.14 g; W tym cukry: 44.28 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 1979.95 kcal; Białko ogółem: 71.27 g; Tłuszcz: 59.44 g; Kw. tł. nasy.: 12.71 g; Węglowodany ogółem: 295.01 g; W tym cukry: 86.87 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sól: 5.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2024-12-12 czwartek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (może zawierać: MLE, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (GLU PSZ, SEZ, GLU OW.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa* dieta 150g (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa* dieta (bez soli) 20g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałatka jarzynowa* dieta (bez soli) 150g (MLE, SEL.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Suflet mięsno-jarzynowy (bez soli) 20g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałatka jarzynowa* dieta (bez soli) 150g (MLE, SEL.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa* 150g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa* 150g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (GLU PSZ, SEZ, GLU OW.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1szt	Banan 1szt. 1szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Banan 1szt. 1szt Podpłomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)	Banan 1szt. 1szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb żytni razowy 32g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50g	Banan 1szt. 1szt Chrupki kukurydziane 20g
Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, 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 () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie* 200g (SEL.) Sos pomidorowy 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 180g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Gołąbek siekany z mięsa wp 150g (JAJ.) Sos pomidorowy 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 100g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Gołąbek siekany z mięsa wp 150g (JAJ.) Sos pomidorowy 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Maślanka 200 ml (MLE.) Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Pomarańcza 150g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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.) Miód (25g) 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki (bez soli) 70g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Pasta z twarogu z natką pietruszki 70g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa kielb.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)						Chleb żytni razowy 32g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
PN	Wartość energetyczna: 2265.66 kcal; Białko ogółem: 70.95 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 359.06 g; W tym cukry: 160.25 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2620.57 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 81.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 385.71 g; W tym cukry: 154.74 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 1968.73 kcal; Białko ogółem: 37.89 g; Tłuszcz: 49.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 354.07 g; W tym cukry: 126.73 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 4.08 g;	Wartość energetyczna: 2311.98 kcal; Białko ogółem: 69.36 g; Tłuszcz: 68.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 367.92 g; W tym cukry: 157.32 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 2.72 g;	Wartość energetyczna: 1840.25 kcal; Białko ogółem: 71.46 g; Tłuszcz: 57.57 g; Kw. tł. nasy.: 12.79 g; Węglowodany ogółem: 266.44 g; W tym cukry: 65.66 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2279.27 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 302.29 g; W tym cukry: 54.61 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2039.95 kcal; Białko ogółem: 62.24 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; Węglowodany ogółem: 344.30 g; W tym cukry: 120.70 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 6.23 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2024-12-13 piątek	Sniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g
		II SN	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE</b> ) Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z brokuła * 20 g Sałata zielona 10 g Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE</b> ) Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Pasta z brokuła * 20 g Sałata zielona 10 g
2024-12-13 piątek	Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 40 g ( <b>RYB</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) (bez soli) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez soli) 90 g ( <b>RYB</b> ) Brokuł gotowany (bez soli)* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 90 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g ( <b>MLE</b> )				Jabłko 1 szt 1 szt Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )
2024-12-13 piątek	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 50 g	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2160.72 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 327.67 g; W tym cukry: 106.34 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2183.56 kcal; Białko ogółem: 82.77 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 330.04 g; W tym cukry: 83.72 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 1735.67 kcal; Białko ogółem: 49.81 g; Tłuszcz: 43.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 297.23 g; W tym cukry: 96.54 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 3.45 g;	Wartość energetyczna: 2085.47 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 57.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 321.98 g; W tym cukry: 102.22 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 3.12 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: 1786.89 kcal; Białko ogółem: 61.84 g; Tłuszcz: 51.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.54 g; Węglowodany ogółem: 275.75 g; W tym cukry: 94.46 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 3.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2024-12-14 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Ryż na mleku 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml Wafle ryżowe 30g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30g	Wafle ryżowe 30g	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 10g
	Obiad		Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Gulasz wieprzowy 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Gulasz wieprzowy 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy (bez soli) 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem (bez soli) () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 200 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 90g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
		PD	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1szt Banan 1szt. 1szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1szt	Banan 1szt. 1szt Chrupki kukurydziane 20g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1szt	Jabłko 1 szt 1 szt Serek homo. naturalny 150g ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )
	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Drożdżówka mini 50g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			Wafle ryżowe 30g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50g	Wafle ryżowe 30g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2269.91 kcal; Białko ogółem: 85.87 g; Tłuszcz: 71.90 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 336.89 g; W tym cukry: 118.86 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2600.39 kcal; Białko ogółem: 99.70 g; Tłuszcz: 77.67 g; Kw. tł. nasy.: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 394.61 g; W tym cukry: 134.68 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2117.18 kcal; Białko ogółem: 63.44 g; Tłuszcz: 56.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 353.59 g; W tym cukry: 99.31 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 4.08 g;	Wartość energetyczna: 2450.70 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 372.59 g; W tym cukry: 143.03 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 3.34 g;	Wartość energetyczna: 1652.66 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 43.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; Węglowodany ogółem: 232.89 g; W tym cukry: 42.86 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 5.75 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: 1913.71 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz: 46.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.06 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; W tym cukry: 76.07 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 5.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2024-12-15 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 20 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatkii wieprzowej (bez soli) 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		Jabłko 1 szt 1 szt Suchary b/c 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml
		Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez soli) 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 200 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		Gruszka 1szt. 150 g		Mandarynka 1 szt	
		Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2060.51 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 74.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.99 g; Węglowodany ogółem: 265.68 g; W tym cukry: 85.79 g; Błonnik pok.: 15.74 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2476.08 kcal; Białko ogółem: 114.54 g; Tłuszcz: 87.01 g; Kw. tł. nasy.: 38.76 g; Węglowodany ogółem: 315.87 g; W tym cukry: 87.10 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 1646.54 kcal; Białko ogółem: 52.62 g; Tłuszcz: 43.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 268.68 g; W tym cukry: 78.56 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 3.73 g;	Wartość energetyczna: 2188.23 kcal; Białko ogółem: 94.19 g; Tłuszcz: 80.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.23 g; Węglowodany ogółem: 281.11 g; W tym cukry: 98.07 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sól: 2.98 g;	Wartość energetyczna: 1672.60 kcal; Białko ogółem: 95.93 g; Tłuszcz: 45.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 226.74 g; W tym cukry: 61.07 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sól: 4.72 g;	Wartość energetyczna: 1947.14 kcal; Białko ogółem: 99.56 g; Tłuszcz: 66.57 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 247.85 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 1876.36 kcal; Białko ogółem: 77.77 g; Tłuszcz: 56.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; Węglowodany ogółem: 270.79 g; W tym cukry: 76.58 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 6.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU,PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU,PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU,PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 70 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU,PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU,PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.)
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.) Jabłko 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.) Banan 1szt. 1 szt	
Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU,PSZ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem 300 g (GLU,PSZ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU,PSZ, SEL.) Makaron z jabłkami () 300 g (GLU,PSZ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Makaron z serem (bez soli) 300 g (GLU,PSZ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 200 ml (GLU,PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU,PSZ, MLE.) Pulpet drobiowy 90 g (GLU,PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU,PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU,PSZ, MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU,PSZ, MLE.) Pulpet drobiowy 90 g (GLU,PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU,PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU,PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU,PSZ, MLE.) Pulpet drobiowy 90 g (GLU,PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU,PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 120 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU,PSZ, JAJ.)			Wafle ryżowe 30 g		
Kolejca	Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z brokuła * 50 g Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g	Chleb żytni razowy 64 g (GLU,PSZ, SEL, ZYT.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Chleb żytni razowy 64 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU,PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) 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 sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU,PSZ, MLE.)				Chleb żytni razowy 64 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek kiszony 40 g	Wafle tortowe 30 g (GLU,PSZ, SOJ.)
	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: 1614.21 kcal; Białko ogółem: 72.81 g; Tłuszcz: 33.16 g; Kw. tł. nasy.: 9.21 g; Węglowodany ogółem: 267.56 g; W tym cukry: 56.65 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2066.74 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 55.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 320.35 g; W tym cukry: 62.01 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 7.53 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2024-12-17 wtorek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ.)	Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ.) Mus z jabłek () z/c 100 g	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ.)	Maślanka 200 ml (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 32 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser zółty 20 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Budyń o smaku waniliowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.)	
	Obiad	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml (GLUPSZ, MLE.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() b/mleka (bez kalafiora) 350 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml (GLUPSZ, MLE.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 90 g Sos pietruszkowy (bez soli)* 30 ml (GLUPSZ, MLE.) Buraczki gotowane (bez soli) () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() b/mleka (bez kalafiora) 200 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml (GLUPSZ, MLE.) Sałatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml (GLUPSZ, MLE.) Sałatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() (bez mleka) 350 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml (GLUPSZ, MLE.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chałka 50 g (GLUPSZ, JAJ.)	Pomarańcza 150 g Chałka 50 g (GLUPSZ, JAJ.)	Pomarańcza 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomarańcza 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomarańcza 150 g	Pomarańcza 150 g Chałka 50 g (GLUPSZ, JAJ.)	
	Kolejaja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLUPSZ, SOJ.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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 Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2122.69 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 50.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 329.56 g; W tym cukry: 84.18 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2135.39 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 50.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 331.86 g; W tym cukry: 84.56 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 1642.64 kcal; Białko ogółem: 47.36 g; Tłuszcz: 39.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.89 g; Węglowodany ogółem: 282.83 g; W tym cukry: 64.85 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2044.13 kcal; Białko ogółem: 83.29 g; Tłuszcz: 50.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 320.57 g; W tym cukry: 71.62 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 3.28 g;	Wartość energetyczna: 1440.13 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 31.72 g; Kw. tł. nasy.: 9.16 g; Węglowodany ogółem: 206.45 g; W tym cukry: 56.53 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sól: 4.72 g;	Wartość energetyczna: 1823.25 kcal; Białko ogółem: 93.21 g; Tłuszcz: 61.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 237.88 g; W tym cukry: 39.10 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 1874.68 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; Tłuszcz: 39.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.93 g; Węglowodany ogółem: 306.79 g; W tym cukry: 77.39 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 5.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna
Śniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant* 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g * 1 Por (MLE.) Platki owsiane na mleku* 350 ml (MLE, GLU OW.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Kawa z mlekiem instant* 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (bez soli) 40g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Kawa z mlekiem instant* 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową 50g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Kawa z mlekiem instant* 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 40g Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt
II ŚN	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.) Wafle ryżowe 30g				Kefir 1,5% tł 150g * 1 Por (MLE.)	Chleb żytni razowy 32g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną 20g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 50g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20g Ogórek kiszony 50g
Obiad	Ziemniaczana ()* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Drożdżówka mini 50g 50g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana ()* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Drożdżówka mini 50g 50g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana ()* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Drożdżówka mini 50g 50g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Kotlet z jaj 100g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana (bez soli) ()* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Drożdżówka mini 50g 50g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza kuskus/sypko (bez soli) 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez soli) 90g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* (bez soli) 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana ()* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Biszkopty b/c* 30g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza kuskus/sypko 90g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana ()* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Biszkopty b/c* 30g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana (bez młaka) ()* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt
PD	Maślanka 200 ml (MLE.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)		Jabłko 1 szt 1 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)		Gruszka 1szt. 150g Maślanka 200 ml (MLE.)	Gruszka 1szt. 150g Wafle ryżowe 30g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek a la homogenizowany 70g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 50g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Serek a la homogenizowany 70g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt
PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Dżem 25g 1 szt				Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb żytni razowy 32g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20g Salata zielona 20g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Dżem 25g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2427.07 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 383.50 g; W tym cukry: 112.84 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2878.92 kcal; Białko ogółem: 114.95 g; Tłuszcz: 73.62 g; Kw. tł. nasy.: 35.13 g; Węglowodany ogółem: 446.11 g; W tym cukry: 154.05 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2666.25 kcal; Białko ogółem: 75.58 g; Tłuszcz: 72.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 436.30 g; W tym cukry: 130.83 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2615.28 kcal; Białko ogółem: 95.13 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 416.88 g; W tym cukry: 140.34 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sól: 3.73 g;	Wartość energetyczna: 1606.45 kcal; Białko ogółem: 86.22 g; Tłuszcz: 28.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.86 g; Węglowodany ogółem: 257.66 g; W tym cukry: 55.01 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2229.96 kcal; Białko ogółem: 95.21 g; Tłuszcz: 54.51 g; Kw. tł. nasy.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 371.53 g; W tym cukry: 65.50 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 2199.34 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 47.98 g; Kw. tł. nasy.: 13.34 g; Węglowodany ogółem: 371.53 g; W tym cukry: 98.57 g; Błonnik pok.: 33.03 g; Sól: 7.53 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna
Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <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> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g* 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Kasza manna na mleku* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mierzany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb mierzany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb mierzany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (bez soli) 50g Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant* 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 70g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Kawa z mlekiem instant b/c* 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Kawa z mlekiem instant b/c* 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.osł.niejad 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt
II SN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podpiomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 32g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona.z.dod.wody,białka wp 20g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 10g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami ()* 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chaika* 80g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Klopsik wieprzowy 80g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ()* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Chaika* 80g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) ()* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chaika* 80g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Risotto wegetariańskie* dieta 300g ( <u>SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez soli) ()* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mandarynka* 1 szt Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 180g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ()* 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mandarynka* 1 szt Ryż na sypko (brązowy) 180g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100g ( <u>MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ()* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mandarynka* 1 szt Ryż na sypko (brązowy) 180g Klopsik wieprzowy 80g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100g ( <u>MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) ()* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chaika* 80g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt
PD	Wafle tortowe 25g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1szt	Wafle tortowe 25g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jabłko 1szt 1szt	Wafle tortowe 25g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1szt	Wafle tortowe 25g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Gruszka 1szt. 150g	Gruszka 1szt. 150g Podpiomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wafle tortowe 25g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jabłko 1szt 1szt	
Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kł M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt
PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 32g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną 20g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 10g	Chleb żytni razowy 32g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2217.24 kcal; Białko ogółem: 72.05 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 330.08 g; W tym cukry: 85.83 g; Błonnik pok.: 17.77 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2599.70 kcal; Białko ogółem: 90.98 g; Tłuszcz: 80.80 g; Kw. tł. nasy.: 33.40 g; Węglowodany ogółem: 387.24 g; W tym cukry: 99.56 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 1935.79 kcal; Białko ogółem: 41.04 g; Tłuszcz: 48.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; Węglowodany ogółem: 342.29 g; W tym cukry: 83.50 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 3.68 g;	Wartość energetyczna: 2120.35 kcal; Białko ogółem: 71.02 g; Tłuszcz: 70.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; W tym cukry: 94.11 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 2.69 g;	Wartość energetyczna: 1793.43 kcal; Białko ogółem: 71.41 g; Tłuszcz: 50.41 g; Kw. tł. nasy.: 11.26 g; Węglowodany ogółem: 272.20 g; W tym cukry: 53.82 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2008.88 kcal; Białko ogółem: 82.00 g; Tłuszcz: 67.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 283.20 g; W tym cukry: 43.05 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2129.45 kcal; Białko ogółem: 64.22 g; Tłuszcz: 55.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.67 g; Węglowodany ogółem: 346.53 g; W tym cukry: 83.12 g; Błonnik pok.: 16.26 g; Sól: 5.05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2024-12-20 piątek	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj (bez soli) 70 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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 diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Sok przecierowy Kubaś 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 Kubaś 0,3L 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sok przecierowy Kubaś 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> ) Sałata zielona 10 g	Melon 200 g Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt
2024-12-20 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</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 Ryba gotowana (Dorsz) 40 g ( <u>RYB.</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 Ryba gotowana (Dorsz) (bez soli) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* (bez soli) 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> )	Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt
2024-12-20 piątek	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 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 80 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> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g 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 diecie podstawową 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g 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	Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2061.64 kcal; Białko ogółem: 69.91 g; Tłuszcz: 52.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 335.01 g; W tym cukry: 164.25 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 4.14 g;	Wartość energetyczna: 2441.31 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 368.08 g; W tym cukry: 148.29 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 1717.55 kcal; Białko ogółem: 46.25 g; Tłuszcz: 42.36 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 296.33 g; W tym cukry: 108.12 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 3.29 g;	Wartość energetyczna: 2234.19 kcal; Białko ogółem: 85.01 g; Tłuszcz: 60.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 351.98 g; W tym cukry: 146.53 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 3.72 g;	Wartość energetyczna: 1532.21 kcal; Białko ogółem: 81.22 g; Tłuszcz: 33.34 g; Kw. tł. nasy.: 10.40 g; Węglowodany ogółem: 239.89 g; W tym cukry: 81.83 g; Błonnik pok.: 26.94 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 1820.25 kcal; Białko ogółem: 85.71 g; Tłuszcz: 60.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 246.57 g; W tym cukry: 45.02 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 1716.60 kcal; Białko ogółem: 61.82 g; Tłuszcz: 37.43 g; Kw. tł. nasy.: 8.89 g; Węglowodany ogółem: 292.99 g; W tym cukry: 103.13 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 5.25 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK z ogr./atwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2024-12-21 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa homogenizowana, wędzona, parzona 50g Ketchup 15g szaszetka 1 szt Miksy warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 20g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 40g Miksy warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Baton szynkowy z kurcząt 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka od Żduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40g Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 20g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety z brokuła* 400g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Buraczki gotowane () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 160g Potrawka drobiowa z warzywami (bez soli)* 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane (bez soli) () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 90g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100g Buraczki gotowane () 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Twarożek na słodko 100g ( <b>MLE</b> ) Mus z truskawek* 60g	Podplomyki b/c 20g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Mus z truskawek* 60g	Twarożek na słodko 100g ( <b>MLE</b> ) Mus z truskawek* 60g	Podplomyki b/c 20g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )	Chrupki kukurydziane 20g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miksy warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Rolada z łopatką wieprzowej (bez soli) 40g Miksy warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Sałata z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Sałata z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40g Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20g Pomidor 50g	Wafle ryżowe 30g	
		Wartość energetyczna: 2289.26 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 67.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 338.24 g; W tym cukry: 141.12 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2636.30 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 81.43 g; Kw. tł. nasy.: 39.47 g; Węglowodany ogółem: 380.65 g; W tym cukry: 161.01 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2310.81 kcal; Białko ogółem: 57.01 g; Tłuszcz: 95.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; Węglowodany ogółem: 320.70 g; W tym cukry: 114.69 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2298.51 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 336.95 g; W tym cukry: 147.06 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 1946.71 kcal; Białko ogółem: 83.00 g; Tłuszcz: 41.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.20 g; Węglowodany ogółem: 324.86 g; W tym cukry: 103.64 g; Błonnik pok.: 30.53 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: 2070.44 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 43.00 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; Węglowodany ogółem: 347.76 g; W tym cukry: 105.53 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 4.55 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna
2024-12-22 niedziela	<b>Śniadanie</b>	<b>II ŚN</b>	<b>Obiad</b>	<b>PD</b>	<b>Kolejka</b>	<b>PN</b>	
	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Żduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 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 Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez soli)* 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Pulpet wieprzowy (bez soli) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny (bez soli) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 200 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Wafle ryżowe 30 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )				Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2122.74 kcal; Białko ogółem: 73.15 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 327.61 g; W tym cukry: 108.66 g; Błonnik pok.: 19.06 g; Sól: 4.78 g;	Wartość energetyczna: 2487.88 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 352.07 g; W tym cukry: 85.57 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 1833.64 kcal; Białko ogółem: 51.17 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 309.11 g; W tym cukry: 78.28 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 3.91 g;	Wartość energetyczna: 2193.95 kcal; Białko ogółem: 76.04 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 327.61 g; W tym cukry: 100.87 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sól: 3.22 g;	Wartość energetyczna: 1551.84 kcal; Białko ogółem: 74.94 g; Tłuszcz: 30.70 g; Kw. tł. nasy.: 10.36 g; Węglowodany ogółem: 253.75 g; W tym cukry: 60.02 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 3.87 g;	Wartość energetyczna: 1908.70 kcal; Białko ogółem: 90.94 g; Tłuszcz: 62.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.87 g; Węglowodany ogółem: 329.79 g; W tym cukry: 29.96 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 1935.16 kcal; Białko ogółem: 66.82 g; Tłuszcz: 42.90 g; Kw. tł. nasy.: 12.19 g; Węglowodany ogółem: 329.79 g; W tym cukry: 116.96 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 4.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-09 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z fasoli* 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wr 35 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> )	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez ja) 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	
	PN	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubaś 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: 1973.69 kcal; Białko ogółem: 64.96 g; Tłuszcz: 46.02 g; Kw. tł. nasy.: 11.63 g; Węglowodany ogółem: 337.24 g; W tym cukry: 134.58 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2288.14 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; Tłuszcz: 65.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 334.76 g; W tym cukry: 92.80 g; Błonnik pok.: 22.35 g; Sól: 2.41 g;	Wartość energetyczna: 2365.41 kcal; Białko ogółem: 89.16 g; Tłuszcz: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 360.01 g; W tym cukry: 128.83 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sól: 3.14 g;	Wartość energetyczna: 638.99 kcal; Białko ogółem: 26.99 g; Tłuszcz: 5.66 g; Kw. tł. nasy.: 4.08 g; Węglowodany ogółem: 119.04 g; W tym cukry: 43.27 g; Błonnik pok.: 5.17 g; Sól: 0.32 g;	Wartość energetyczna: 1446.61 kcal; Białko ogółem: 46.43 g; Tłuszcz: 14.01 g; Kw. tł. nasy.: 4.91 g; Węglowodany ogółem: 291.96 g; W tym cukry: 50.17 g; Błonnik pok.: 17.77 g; Sól: 2.42 g;	Wartość energetyczna: 1617.88 kcal; Białko ogółem: 51.34 g; Tłuszcz: 26.27 g; Kw. tł. nasy.: 5.38 g; Węglowodany ogółem: 300.63 g; W tym cukry: 43.14 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-10 wtorek	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 35 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dynia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy 180 g Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml ( <b>MLE.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejka	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) 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 ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa 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		Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	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: 2082.56 kcal; Białko ogółem: 67.32 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 331.47 g; W tym cukry: 99.47 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sól: 1.50 g;	Wartość energetyczna: 2331.20 kcal; Białko ogółem: 73.66 g; Tłuszcz: 77.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 343.86 g; W tym cukry: 112.21 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 4.69 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-11 środa	Sniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkii wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.ost.niejad 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Mus z truskawek* 60 g	Twarożek na słodko 100 g ( <b>MLE.</b> )	Twarożek na słodko 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60 g	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 Mus z truskawek* 60 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z indyka gotowany 80 g Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety z brokuła* 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószane () 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) 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	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Mandarynka 1 szt Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 70 g ( <b>SEZ.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 35 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1728.72 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz: 43.61 g; Kw. tł. nasy.: 11.33 g; Węglowodany ogółem: 273.33 g; W tym cukry: 89.11 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 1992.71 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 276.00 g; W tym cukry: 71.49 g; Błonnik pok.: 18.75 g; Sól: 2.21 g;	Wartość energetyczna: 2207.26 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 82.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 293.47 g; W tym cukry: 99.89 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 4.91 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: 1556.55 kcal; Białko ogółem: 57.76 g; Tłuszcz: 20.11 g; Kw. tł. nasy.: 2.87 g; Węglowodany ogółem: 297.91 g; W tym cukry: 43.66 g; Błonnik pok.: 21.73 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-12 czwartek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (GLU PSZ, SEZ, GLU OW.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Sałatka jarzynowa* 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 35 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		II ŚN	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	Banan 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
2024-12-12 czwartek	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Cukinia pieczona z olejem* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie* 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 30 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem* 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.) Klopsik wieprzowy 90 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	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 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)
2024-12-12 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa 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
		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 20 g 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: 68.88 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: 2539.56 kcal; Białko ogółem: 59.35 g; Tłuszcz: 90.88 g; Kw. tł. nasy.: 37.88 g; Węglowodany ogółem: 385.52 g; W tym cukry: 157.18 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sól: 6.04 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: 34.19 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: 1888.68 kcal; Białko ogółem: 59.56 g; Tłuszcz: 31.26 g; Kw. tł. nasy.: 6.29 g; Węglowodany ogółem: 348.17 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 24.59 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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
2024-12-13 piątek	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Szynka wieprzowa gotowana 40 g	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 35 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Schab Ojca Grzegorza-wędliina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 35 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	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: 2272.97 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Tłuszcz: 71.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 336.18 g; W tym cukry: 102.35 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 4.64 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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
2024-12-14 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mieso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 70 g ( <b>SEZ.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c bezglutenowy 200 ml Wafle ryżowe 30 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi z serem* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) 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	Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) 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 Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejka	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1892.88 kcal; Białko ogółem: 74.91 g; Tłuszcz: 47.98 g; Kw. tł. nasy.: 12.24 g; Węglowodany ogółem: 302.09 g; W tym cukry: 57.77 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 3.68 g;	Wartość energetyczna: 2261.60 kcal; Białko ogółem: 72.82 g; Tłuszcz: 64.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 354.31 g; W tym cukry: 115.53 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 1.55 g;	Wartość energetyczna: 2877.34 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 92.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 412.49 g; W tym cukry: 137.85 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 5.18 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: 1848.77 kcal; Białko ogółem: 63.74 g; Tłuszcz: 32.66 g; Kw. tł. nasy.: 8.90 g; Węglowodany ogółem: 333.63 g; W tym cukry: 65.71 g; Błonnik pok.: 26.94 g; Sól: 5.25 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-15 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 sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 35 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	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	Mandarynka 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g Herbatniki Be Be 16g 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
	Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 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 sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	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: 2120.26 kcal; Białko ogółem: 82.67 g; Tłuszcz: 75.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; Węglowodany ogółem: 279.76 g; W tym cukry: 83.12 g; Błonnik pok.: 14.29 g; Sól: 2.37 g;	Wartość energetyczna: 1965.19 kcal; Białko ogółem: 79.03 g; Tłuszcz: 50.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 298.58 g; W tym cukry: 99.56 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 3.49 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-16 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dynia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy z serem białym 300 g ( <b>MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet wegetariański () 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 35 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		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: 2275.99 kcal; Białko ogółem: 63.96 g; Tłuszcz: 48.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 402.53 g; W tym cukry: 144.08 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sól: 0.99 g;	Wartość energetyczna: 2536.56 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 390.85 g; W tym cukry: 150.26 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 4.94 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: 1911.42 kcal; Białko ogółem: 58.59 g; Tłuszcz: 28.11 g; Kw. tł. nasy.: 5.03 g; Węglowodany ogółem: 361.78 g; W tym cukry: 67.94 g; Błonnik pok.: 28.68 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-17 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet z soczewicy* 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g Wafle ryżowe 30 g	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez jaj) 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 30 ml ( <b>MLE</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Pierogi z serem* 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) 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	Pomarańcza 150 g	Pomarańcza 150 g Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejka	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną 35 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) 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 ( <b>MLE</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1786.93 kcal; Białko ogółem: 61.07 g; Tłuszcz: 35.89 g; Kw. tł. nasy.: 10.25 g; Węglowodany ogółem: 312.07 g; W tym cukry: 119.68 g; Błonnik pok.: 18.68 g; Sól: 3.70 g;	Wartość energetyczna: 2039.59 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 51.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 315.35 g; W tym cukry: 73.62 g; Błonnik pok.: 18.82 g; Sól: 4.56 g;	Wartość energetyczna: 2391.87 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 68.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 359.37 g; W tym cukry: 75.43 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 3.53 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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
Śniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa z makiem instant * 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 35 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	
Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. * 1 szt Kasza kuskus/sypko 180 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 90 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml ( <b>SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana () * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</b> ) Kotlet z jaj 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) 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	Gruszka 1szt. 150 g Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c bezglutenowy 200 ml	Gruszka 1szt. 150 g Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 40 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 35 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) 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: 2169.58 kcal; Białko ogółem: 76.60 g; Tłuszcz: 44.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; Węglowodany ogółem: 374.69 g; W tym cukry: 98.92 g; Błonnik pok.: 29.50 g; Sól: 4.22 g;	Wartość energetyczna: 2212.19 kcal; Białko ogółem: 66.16 g; Tłuszcz: 60.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 356.85 g; W tym cukry: 122.02 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 1.85 g;	Wartość energetyczna: 2760.51 kcal; Białko ogółem: 83.70 g; Tłuszcz: 92.88 g; Kw. tł. nasy.: 42.25 g; Węglowodany ogółem: 404.57 g; W tym cukry: 122.08 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 6.54 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-19 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g * 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Kasza manna na mleku * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa z mlekiem instant * 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka kručza z pieca wieprzowa, parzona 35 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )
2024-12-19 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chalka * 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny () z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Chalka * 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 120 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) 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	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Gruszka 1szt. 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Wafle tortowe 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )
2024-12-19 czwartek	Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	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: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;
		Wartość energetyczna: 2123.52 kcal; Białko ogółem: 71.94 g; Tłuszcz: 54.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; Węglowodany ogółem: 342.11 g; W tym cukry: 80.17 g; Błonnik pok.: 18.52 g; Sól: 3.09 g;	Wartość energetyczna: 1934.97 kcal; Białko ogółem: 72.47 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 263.19 g; W tym cukry: 74.25 g; Błonnik pok.: 12.77 g; Sól: 1.52 g;	Wartość energetyczna: 2892.87 kcal; Białko ogółem: 114.46 g; Tłuszcz: 89.33 g; Kw. tł. nasy.: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 409.55 g; W tym cukry: 100.04 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Sól: 4.22 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;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-20 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Mięks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Mięks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 35 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		II ŚN	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Melon 200 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sok przecierowy Kubuś 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 ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )
2024-12-20 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL, GLU JEĆZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 120 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JEĆZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) 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 Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <b>MLE</b> ) Mandarynka 1 szt	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <b>MLE</b> ) Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )
2024-12-20 piątek	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Mięks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Serek a'la homogenizowany 40 g ( <b>MLE</b> ) Mięks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1726.41 kcal; Białko ogółem: 60.77 g; Tłuszcz: 48.92 g; Kw. tł. nasy.: 11.67 g; Węglowodany ogółem: 272.58 g; W tym cukry: 84.10 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2244.06 kcal; Białko ogółem: 69.41 g; Tłuszcz: 57.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 368.98 g; W tym cukry: 151.10 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 2233.79 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Tłuszcz: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 351.92 g; W tym cukry: 146.55 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 4.81 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-21 sobota	Sniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z ciecierzycy () 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 35 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 160 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu)* 230 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Kotlety z brokuła* 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) 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	Twarożek na słodko 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60 g	Twarożek na słodko 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60 g	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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 35 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1965.39 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz: 39.90 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; Węglowodany ogółem: 334.24 g; W tym cukry: 113.44 g; Błonnik pok.: 19.81 g; Sól: 3.39 g;	Wartość energetyczna: 2330.31 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 355.93 g; W tym cukry: 135.59 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 2.11 g;	Wartość energetyczna: 2586.52 kcal; Białko ogółem: 89.58 g; Tłuszcz: 87.73 g; Kw. tł. nasy.: 40.07 g; Węglowodany ogółem: 369.30 g; W tym cukry: 146.80 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 4.73 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: 1708.11 kcal; Białko ogółem: 53.89 g; Tłuszcz: 22.31 g; Kw. tł. nasy.: 3.73 g; Węglowodany ogółem: 328.53 g; W tym cukry: 66.68 g; Błonnik pok.: 24.00 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-22 niedziela	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa z makiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 55 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )		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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
2024-12-22 niedziela	Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny (bez glutenu) 30 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi z truskawkami * 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Gruszka 1szt. 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c bezglutenowy 150 ml	Gruszka 1szt. 150 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Wafle ryżowe 30 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
2024-12-22 niedziela	Kolejka	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 35 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
2024-12-22 niedziela	PN	Wartość energetyczna: 1805.64 kcal; Białko ogółem: 73.58 g; Tłuszcz: 42.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.33 g; Węglowodany ogółem: 291.37 g; W tym cukry: 83.60 g; Błonnik pok.: 19.23 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 2086.37 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 328.30 g; W tym cukry: 109.51 g; Błonnik pok.: 20.82 g; Sól: 2.06 g;	Wartość energetyczna: 2252.99 kcal; Białko ogółem: 66.33 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 360.43 g; W tym cukry: 137.18 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 3.12 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: 1754.84 kcal; Białko ogółem: 60.23 g; Tłuszcz: 27.29 g; Kw. tł. nasy.: 5.42 g; Węglowodany ogółem: 317.48 g; W tym cukry: 28.71 g; Błonnik pok.: 23.21 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-09 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLUPSZ,</u> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szyngowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z indyka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml ( <u>GLUPSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędliną wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g
		II ŚN	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Suchary b/c 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g
	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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ,</u> )	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Żrząk wieprzowy gotowany mielony 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ,</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <u>GLUPSZ,</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Żrząk wieprzowy gotowany mielony (bez jai) 50 g ( <u>GLUPSZ,</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <u>GLUPSZ,</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>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ,</u> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLUPSZ, MLE,</u> )	
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLUPSZ,</u> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLUPSZ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLUPSZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE,</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 803.14 kcal; Białko ogółem: 32.52 g; Tłuszcz: 9.68 g; Kw. tł. nasy.: 3.99 g; Węglowodany ogółem: 144.96 g; W tym cukry: 41.15 g; Błonnik pok.: 6.13 g; Sól: 0.29 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: 1939.61 kcal; Białko ogółem: 68.85 g; Tłuszcz: 37.46 g; Kw. tł. nasy.: 12.17 g; Węglowodany ogółem: 343.13 g; W tym cukry: 103.99 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2662.85 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 42.34 g; Węglowodany ogółem: 390.19 g; W tym cukry: 139.42 g; Błonnik pok.: 20.05 g; Sól: 4.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2024-12-10 wtorek	2024-12-11 środek	2024-12-12 czwartek	2024-12-13 piątek	2024-12-14 sobota	2024-12-15 niedziela	
2024-12-10 wtorek	Sniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ,</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynek wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ,</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE,</b> ) Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE,</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL,</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ,</b> )	Sofferino (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLUPSZ,</b> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Sofferino () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Blika z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <b>GLUPSZ,</b> )	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> )
	Kolejacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ,</b> )	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynek wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> ) 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	Chaika 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> )
		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: 1759.17 kcal; Białko ogółem: 60.21 g; Tłuszcz: 35.86 g; Kw. tł. nasy.: 9.23 g; Węglowodany ogółem: 310.39 g; W tym cukry: 81.40 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 3.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-11 środa	Sniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.)	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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/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 Rolada z topatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( GLU PSZ, SOJ.) Masło extra 82% 15 g ( MLE.) Jajko gotowane ki M 1 szt ( JAJ.) Sałatka meksykańska z fasolą 150 g ( JAJ, SEL, GOR.) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( MLE.)
		II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek ( ) b/c 200 g Mus z truskawek* 60 g	Mus z jabłek ( ) b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek ( ) b/c 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Mus z truskawek* 60 g	Kisiel o smaku wiśniowym 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 gotowane ( ) 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem ( ) 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy ( ) (DSK) 300 ml (GLU PSZ.)	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml ( GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószane ( ) 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Filet z indyka gotowany 50 g Sos jarzynowy * 30 ml ( GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószane ( ) 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Kotlet mielony drobiowy 90 g ( GLU PSZ, JAJ.) Buraczki po francusku z olejem ( ) 100 g Kalaifior gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Mus z jabłek ( ) b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Mandarynka 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)	
	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 owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( SEL, GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g ( MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
		PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.) 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	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		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: 1159.37 kcal; Białko ogółem: 22.62 g; Tłuszcz: 9.69 g; Kw. tł. nasy.: 1.90 g; Węglowodany ogółem: 251.78 g; W tym cukry: 32.56 g; Błonnik pok.: 17.64 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: 1608.25 kcal; Białko ogółem: 55.55 g; Tłuszcz: 30.38 g; Kw. tł. nasy.: 7.59 g; Węglowodany ogółem: 290.50 g; W tym cukry: 89.45 g; Błonnik pok.: 20.84 g; Sól: 3.37 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: 2907.62 kcal; Białko ogółem: 116.64 g; Tłuszcz: 100.57 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 400.05 g; W tym cukry: 123.63 g; Błonnik pok.: 32.68 g; Sól: 7.02 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2024-12-12 czwartek	2024-12-13 piątek	2024-12-14 sobota	2024-12-15 niedziela	2024-12-16 poniedziałek	2024-12-17 wtorek	2024-12-18 środa	
Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SEZ, GLU OW.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Sałatka jarzynowa* 150 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
	Platk ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ.</b> )	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy b/jaj 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g ( <b>JAJ.</b> ) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Surowka z marchwi i selera z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	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 16g 1 szt ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> )	
	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	
	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: 3121.79 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 103.52 g; Kw. tł. nasy.: 41.52 g; Węglowodany ogółem: 467.08 g; W tym cukry: 176.70 g; Błonnik pok.: 34.27 g; Sól: 8.28 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-13 piątek	<b>Sniadanie</b>	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Filet z indyka gotowany 40 g	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLUPSZ.</u> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	<b>II ŚN</b>	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLUPSZ, 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> ) Podpiomyki b/c 20 g ( <u>GLUPSZ, MLE.</u> )
	<b>Obiad</b>	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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ.</u> )	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy b/jaj 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml ( <u>GLUPSZ.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	<b>PD</b>	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko w sosie wanilinowym 200 g ( <u>MLE.</u> )
	<b>Kolejca</b>	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Filet z indyka gotowany 40 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLUPSZ.</u> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkki wieprzowej 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 2 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	<b>PN</b>	Suchary b/c 20 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> )	Suchary b/c 20 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> )	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLUPSZ, 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: 2433.72 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 392.49 g; W tym cukry: 118.18 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sól: 5.63 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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
2024-12-14 sobota	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) 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 ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml		Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ</b> )	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Marchew gotowana 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 ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g		Chrupki kukurydziane 20 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) 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 ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Suchary b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> )
		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: 1303.67 kcal; Białko ogółem: 70.42 g; Tłuszcz: 16.58 g; Kw. tł. nasy.: 5.39 g; Węglowodany ogółem: 226.91 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sól: 2.34 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: 1575.19 kcal; Białko ogółem: 43.73 g; Tłuszcz: 30.47 g; Kw. tł. nasy.: 7.51 g; Węglowodany ogółem: 290.77 g; W tym cukry: 60.67 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 1627.51 kcal; Białko ogółem: 47.19 g; Tłuszcz: 30.63 g; Kw. tł. nasy.: 7.39 g; Węglowodany ogółem: 298.93 g; W tym cukry: 59.13 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 3.14 g;	Wartość energetyczna: 2735.06 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 430.23 g; W tym cukry: 133.14 g; Błonnik pok.: 39.86 g; Sól: 7.40 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-15 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ,</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU OW,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
		II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Sałata zielona 10 g Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> )
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE,</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL,</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ,</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLUPSZ,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Gruszka 1szt. 150 g Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> )	
	Kolejacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ,</b> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) 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
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> )	Suchary b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> ) 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	Mus z jabłek () b/c 200 g
		Wartość energetyczna: 703.78 kcal; Białko ogółem: 15.39 g; Tłuszcz: 6.06 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 147.55 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 4.64 g; Sól: 0.18 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;	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: 2668.32 kcal; Białko ogółem: 112.40 g; Tłuszcz: 82.36 g; Kw. tł. nasy.: 36.71 g; Węglowodany ogółem: 379.10 g; W tym cukry: 81.62 g; Błonnik pok.: 31.81 g; Sól: 8.45 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-16 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) 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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, PSZ</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLUPSZ, PSZ</b> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLUPSZ, PSZ</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL</b> ) Płatki semiczkki pieczone 300 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabko 1 szt 1 szt
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> )	
	Kolejca	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEZC</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g
		PN	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )	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 16g 1 szt ( <b>GLUPSZ, MLE</b> )
		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: 3139.78 kcal; Białko ogółem: 105.74 g; Tłuszcz: 115.60 g; Kw. tł. nasy.: 39.95 g; Węglowodany ogółem: 435.67 g; W tym cukry: 171.93 g; Błonnik pok.: 23.80 g; Sól: 6.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-17 wtorek	<b>Sniadanie</b>	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ,</b> )	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szyunka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	<b>II SN</b>	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> ) Mus z jabłek () z/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 1 szt
	<b>Obiad</b>	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE,</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL,</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ,</b> )	Wielowarzywna z zacierką*() (bez mleka) 350 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml ( <b>GLUPSZ,</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez jaj) 50 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml ( <b>GLUPSZ,</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> ) Surówka wykwiwna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	<b>PD</b>	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Mus z jabłek () b/c 200 g Chalka 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> )		
	<b>Kolejacja</b>	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ,</b> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	<b>PN</b>	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> )	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
	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: 1760.10 kcal; Białko ogółem: 47.12 g; Tłuszcz: 27.52 g; Kw. tł. nasy.: 7.40 g; Węglowodany ogółem: 335.89 g; W tym cukry: 96.89 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 3.47 g;	Wartość energetyczna: 2574.57 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 411.86 g; W tym cukry: 83.78 g; Błonnik pok.: 34.28 g; Sól: 7.43 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-18 środa	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszta schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g * 1 Por ( <b>MLE</b> ) Płatki owsiane na mleku * 350 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dl, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant * 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	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 ( <b>MLE</b> ) Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ</b> )	Ziemniaczana (bez mleka) () * 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () * 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Ziemniaczana () * 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <b>GLUPSZ, może zawierać: RYB, MCK</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzynna z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )	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 Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) 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: 2011.70 kcal; Białko ogółem: 54.48 g; Tłuszcz: 32.60 g; Kw. tł. nasy.: 8.44 g; Węglowodany ogółem: 383.99 g; W tym cukry: 84.28 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 1855.99 kcal; Białko ogółem: 54.21 g; Tłuszcz: 32.17 g; Kw. tł. nasy.: 8.11 g; Węglowodany ogółem: 344.61 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 3.69 g;	Wartość energetyczna: 2976.65 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 73.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.50 g; Węglowodany ogółem: 470.09 g; W tym cukry: 143.38 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 7.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-19 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g * 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Kasza manna na mleku * 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SEZ, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</b> ) Pasta z fasoli 30 g MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant * 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt
		II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	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 ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> )
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ.</b> )	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () * 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chałka * 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () * 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chałka * 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy b/jaj 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () * 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Chałka * 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surowka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> ) Jabko pieczone 1szt. 1 szt		
	Kolejacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c * 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l * 1 szt
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	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 ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> )
		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: 2052.02 kcal; Białko ogółem: 52.30 g; Tłuszcz: 37.45 g; Kw. tł. nasy.: 7.62 g; Węglowodany ogółem: 379.10 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 4.38 g;	Wartość energetyczna: 2083.23 kcal; Białko ogółem: 58.00 g; Tłuszcz: 38.53 g; Kw. tł. nasy.: 8.23 g; Węglowodany ogółem: 379.03 g; W tym cukry: 80.89 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 3.36 g;	Wartość energetyczna: 2936.01 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 89.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 441.27 g; W tym cukry: 79.83 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 7.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-20 piątek	II ŚN	<p>Sniadanie</p> <p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<b>GLUPSZ, SEL.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<b>SEL.</b>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<b>GLUPSZ.</b>)</p>	<p>Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>GLUPSZ, JAJ, SEL.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>GLUPSZ, JAJ, SEL.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<b>MLE.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>) Pasta z jaj 70 g (<b>JAJ, MLE.</b>) MiKS warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
		<p>Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 200 g</p>	<p>Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml</p>	<p>Podpłomyki b/c 20 g (<b>GLUPSZ, MLE.</b>)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt</p>
2024-12-20 piątek	Obiad	<p>Platki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<b>SEL.</b>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<b>GLUPSZ, SEL.</b>) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<b>MLE.</b>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<b>SEL.</b>) 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</p>	<p>MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<b>GLUPSZ.</b>)</p>	<p>Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<b>SEL, GLU JEĆZ.</b>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<b>GLUPSZ, JAJ, JAJ.</b>) Warzywa po grecku* 120 g (<b>GLUPSZ, SEL.</b>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<b>SEL, GLU JEĆZ.</b>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy b/jaj 50 g (<b>GLUPSZ, JAJ.</b>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Krupnik jęczmienny () 350 ml (<b>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</b>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g (<b>RYB.</b>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<b>GLUPSZ, SEL.</b>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>
		<p>Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p>Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 150 g</p>	<p>Chrupki kukurydziane 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g</p>	<p>Koktajl truskawkowy* 250 ml (<b>MLE.</b>) Biszkopty 30 g (<b>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ.</b>)</p>	
2024-12-20 piątek	Kolejca	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<b>GLUPSZ, SEL.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<b>SEL.</b>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<b>GLUPSZ.</b>)</p>	<p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL.</b>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kielb.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>) Miód (25g) 1 szt Powidła śliwkowe 50 g MiKS warzyw na diecie podstawową 40 g</p>
		<p>Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g</p>	<p>Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<b>może zawierać: MLE.</b>)</p>	
2024-12-20 piątek	PN	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1230.99 kcal; Białko ogółem: 45.12 g; Tłuszcz: 27.81 g; Kw. tł. nasy.: 5.95 g; Węglowodany ogółem: 210.41 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 0.47 g;</p>	<p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1591.07 kcal; Białko ogółem: 58.58 g; Tłuszcz: 36.74 g; Kw. tł. nasy.: 8.69 g; Węglowodany ogółem: 270.89 g; W tym cukry: 58.41 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sól: 3.27 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2655.97 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 438.60 g; W tym cukry: 157.61 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 7.63 g;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 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	
2024-12-21 sobota	Sniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLUPSZ.</u> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,p arzona (2 szt) 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ.</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ.</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
	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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ.</u> )	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik drobiowy z udźca (b/jaj) 50 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ.</u> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Mus z jabłek () b/c 150 g Mus z truskawek* 60 g		
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLUPSZ.</u> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLUPSZ, SOJ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓL, PSZ, SEL.</u> ) Sałatka z makaronu- dieta* 150 g ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )
	PN	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLUPSZ, MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLUPSZ, MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLUPSZ, MLE.</u> )	
		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: 1908.78 kcal; Białko ogółem: 71.26 g; Tłuszcz: 33.78 g; Kw. tł. nasy.: 8.87 g; Węglowodany ogółem: 343.28 g; W tym cukry: 102.70 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 1837.91 kcal; Białko ogółem: 53.96 g; Tłuszcz: 29.67 g; Kw. tł. nasy.: 7.53 g; Węglowodany ogółem: 352.01 g; W tym cukry: 116.57 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 3.08 g;	Wartość energetyczna: 3133.50 kcal; Białko ogółem: 103.60 g; Tłuszcz: 103.09 g; Kw. tł. nasy.: 42.05 g; Węglowodany ogółem: 465.96 g; W tym cukry: 139.93 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sól: 8.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2024-12-22 niedziela	2024-12-22 niedziela	2024-12-22 niedziela	2024-12-22 niedziela	2024-12-22 niedziela	2024-12-22 niedziela	2024-12-22 niedziela
Sniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ</b> ) Chleb żytni staropolski 112 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Wafle ryżowe 30 g
Obiad	Platki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ</b> )	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wodą* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wodą* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet schabowy 90 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Fasolka szparagowa z wodą* 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 ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <b>MLE</b> ) Gruszka 1szt. 150 g	
Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SOJ</b> )
	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: 1679.03 kcal; Białko ogółem: 47.02 g; Tłuszcz: 28.59 g; Kw. tł. nasy.: 7.76 g; Węglowodany ogółem: 322.01 g; W tym cukry: 119.86 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 3.73 g;	Wartość energetyczna: 1573.98 kcal; Białko ogółem: 52.66 g; Tłuszcz: 28.91 g; Kw. tł. nasy.: 7.91 g; Węglowodany ogółem: 287.38 g; W tym cukry: 75.95 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 3.11 g;	Wartość energetyczna: 2692.69 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 81.48 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 401.11 g; W tym cukry: 97.69 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 6.37 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
Śniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <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 diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Kasza kukurydziana 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> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 20 g ( <u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 20 g ( <u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	
II ŚN	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Chrupki kukurydziane 20 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g	
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	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		Galaretka o smaku truskawkowym 200 g		
Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek z ziołami 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diete 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> ) Twarożek z ziołami 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> ) Twarożek z ziołami 35 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2027.98 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 293.13 g; W tym cukry: 88.26 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 1858.85 kcal; Białko ogółem: 69.93 g; Tłuszcz: 46.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 291.20 g; W tym cukry: 92.03 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 2.04 g;	Wartość energetyczna: 2141.12 kcal; Białko ogółem: 73.48 g; Tłuszcz: 51.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 357.57 g; W tym cukry: 94.84 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 1919.67 kcal; Białko ogółem: 73.06 g; Tłuszcz: 44.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 313.11 g; W tym cukry: 100.92 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 3.93 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-12-10 wtorek	Sniadanie	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )		
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Solferino () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml ( <b>MLE.</b> ) Dyńia z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g	
	PD	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		
	Kolejacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Chalka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )		
		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: 2033.21 kcal; Białko ogółem: 65.64 g; Tłuszcz: 49.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; W tym cukry: 104.62 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 2048.25 kcal; Białko ogółem: 66.86 g; Tłuszcz: 50.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 342.15 g; W tym cukry: 105.39 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sól: 4.59 g;	Wartość energetyczna: 439.38 kcal; Białko ogółem: 10.04 g; Tłuszcz: 2.54 g; Kw. tł. nasy.: 0.41 g; Węglowodany ogółem: 99.91 g; W tym cukry: 28.80 g; Błonnik pok.: 10.99 g; Sól: 1.35 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-12-11 środa	Sniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	
		II SN	Twarożek na słodko 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Twarożek na słodko 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60 g	
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Mandarynka 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 ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</b> )	
	Kolejka	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na diete podstawową z sałata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
		PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1873.01 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 49.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.03 g; Węglowodany ogółem: 263.45 g; W tym cukry: 70.41 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 4.86 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: 1693.84 kcal; Białko ogółem: 75.37 g; Tłuszcz: 47.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 253.05 g; W tym cukry: 75.98 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 3.68 g;	Wartość energetyczna: 1855.96 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz: 52.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 281.88 g; W tym cukry: 92.18 g; Błonnik pok.: 21.60 g; Sól: 3.74 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-12-12 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka tosiowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Salatka jarzynowa* 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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 tosiowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Zacierka na 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 tosiowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	
		Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )			
2024-12-12 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 udźca 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> ) Cukinia 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 JĘCZ.</u> )	
		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Herbatniki Be Be 16g 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	
2024-12-12 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 podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jagłana 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 JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
		Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )				
PN						
	Wartość energetyczna: 2269.01 kcal; Białko ogółem: 74.91 g; Tłuszcz: 70.99 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 343.81 g; W tym cukry: 98.15 g; Błonnik pok.: 36.00 g; Sól: 5.20 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: 78.98 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: 62.31 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-12-13 piątek	Sniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	II SN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z brokuła* 20 g Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> )		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		
	PD	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g ( <b>MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g ( <b>MLE.</b> )			
	Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )			
		Wartość energetyczna: 1771.52 kcal; Białko ogółem: 80.77 g; Tłuszcz: 47.32 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 268.41 g; W tym cukry: 56.98 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 3.66 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: 2095.55 kcal; Białko ogółem: 73.87 g; Tłuszcz: 55.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 336.13 g; W tym cukry: 99.07 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 5.29 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tl.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-12-14 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	
	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 śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana 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 ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos ziołowy* (bez glutenu) 30 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
	Kolejaja	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Wafle ryżowe 30 g		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )		
	Wartość energetyczna: 2298.78 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 65.17 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 357.85 g; W tym cukry: 114.10 g; Błonnik pok.: 35.75 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 1962.97 kcal; Białko ogółem: 57.93 g; Tłuszcz: 45.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 339.42 g; W tym cukry: 115.18 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 1.68 g;	Wartość energetyczna: 2140.69 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 347.68 g; W tym cukry: 132.55 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 4.69 g;	Wartość energetyczna: 1984.16 kcal; Białko ogółem: 64.55 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 331.68 g; W tym cukry: 119.05 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 4.39 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-12-15 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Rolada z łopatkki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	
	II SN	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/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	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	Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Mandarynka 1 szt	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		
	Kolejca	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: 2029.22 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 66.27 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; Węglowodany ogółem: 269.44 g; W tym cukry: 67.48 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 5.21 g;	Wartość energetyczna: 1661.14 kcal; Białko ogółem: 46.27 g; Tłuszcz: 47.22 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 270.24 g; W tym cukry: 85.72 g; Błonnik pok.: 18.52 g; Sól: 1.82 g;	Wartość energetyczna: 2005.28 kcal; Białko ogółem: 83.07 g; Tłuszcz: 57.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 293.79 g; W tym cukry: 82.06 g; Błonnik pok.: 14.06 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 1691.93 kcal; Białko ogółem: 57.80 g; Tłuszcz: 41.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 278.74 g; W tym cukry: 82.77 g; Błonnik pok.: 16.90 g; Sól: 4.24 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny		
2024-12-16 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )			
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml ( <b>SEL.</b> ) Dyńia z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			
	Kolejca	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 35 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )			
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g		
	Wartość energetyczna: 2100.30 kcal; Białko ogółem: 82.11 g; Tłuszcz: 53.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 339.32 g; W tym cukry: 105.25 g; Błonnik pok.: 31.69 g; Sól: 5.50 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tl.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-12-17 wtorek	Sniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	II SN	Maślanka 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )		
	Obiad	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Salatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 30 ml ( <b>MLE.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt		
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomarańcza 150 g Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )		
	Kolejacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml			
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )			
		Wartość energetyczna: 1910.88 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 46.44 g; Kw. tł. nasy.: 14.29 g; Węglowodany ogółem: 284.11 g; W tym cukry: 71.35 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 1817.12 kcal; Białko ogółem: 65.24 g; Tłuszcz: 40.30 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 303.45 g; W tym cukry: 71.33 g; Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 1.86 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: 1906.97 kcal; Białko ogółem: 57.10 g; Tłuszcz: 37.55 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 340.77 g; W tym cukry: 84.23 g; Błonnik pok.: 18.99 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 501.76 kcal; Białko ogółem: 10.35 g; Tłuszcz: 3.14 g; Kw. tł. nasy.: 0.66 g; Węglowodany ogółem: 112.70 g; W tym cukry: 52.50 g; Błonnik pok.: 9.31 g; Sól: 1.34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tl.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawowa 40 g Kawa z mlekiem instant* 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Kefir 1,5% tl 150g * 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Płatki owsiane na mleku* 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant* 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant* 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	
	II ŚN	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )			
Obiad	Ziemniaczana ()* 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml ( <b>JAJ.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana ()* 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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	Maślanka 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )
Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt		
	PN	Pieczczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2196.06 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 53.17 g; Kw. tł. nasy.: 16.06 g; Węglowodany ogółem: 351.37 g; W tym cukry: 75.93 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 5.17 g;	Wartość energetyczna: 1854.36 kcal; Białko ogółem: 61.24 g; Tłuszcz: 49.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 299.60 g; W tym cukry: 84.05 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sól: 1.95 g;	Wartość energetyczna: 2447.08 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 58.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 385.82 g; W tym cukry: 142.40 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2163.03 kcal; Białko ogółem: 79.86 g; Tłuszcz: 47.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 367.42 g; W tym cukry: 120.09 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 381.78 kcal; Białko ogółem: 8.39 g; Tłuszcz: 2.08 g; Kw. tł. nasy.: 0.31 g; Węglowodany ogółem: 86.25 g; W tym cukry: 14.04 g; Błonnik pok.: 7.75 g; Sól: 1.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
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 sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant* 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g* 1 szt ( <u>MLE</u> ) Kasza manna na mleku* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Kawa z mlekiem instant* 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> ) Kawa z mlekiem instant* 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	
	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami ()* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Chauka* 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g 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 Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Ryżowa () 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 Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami ()* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Chauka* 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</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 Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Szpinakowa 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	
	Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
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 sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	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 cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c* 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l* 1 szt		
	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
PN	Wartość energetyczna: 2273.65 kcal; Białko ogółem: 75.21 g; Tłuszcz: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.11 g; Węglowodany ogółem: 339.71 g; W tym cukry: 69.33 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 4.79 g;	Wartość energetyczna: 1639.52 kcal; Białko ogółem: 55.16 g; Tłuszcz: 46.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; Węglowodany ogółem: 254.66 g; W tym cukry: 74.55 g; Błonnik pok.: 14.87 g; Sól: 1.55 g;	Wartość energetyczna: 2326.55 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 377.06 g; W tym cukry: 106.07 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 4.74 g;	Wartość energetyczna: 2095.50 kcal; Białko ogółem: 67.26 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; Węglowodany ogółem: 356.66 g; W tym cukry: 92.72 g; Błonnik pok.: 19.14 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 417.76 kcal; Białko ogółem: 9.86 g; Tłuszcz: 2.73 g; Kw. tł. nasy.: 0.39 g; Węglowodany ogółem: 92.87 g; W tym cukry: 14.10 g; Błonnik pok.: 9.00 g; Sól: 1.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-12-20 piątek	Sniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c bez glutenu 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <b>MLE</b> ) Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</b> )		Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 35 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 35 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 35 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> )	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2309.27 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 59.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; Węglowodany ogółem: 362.49 g; W tym cukry: 122.98 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 6.09 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: 2135.40 kcal; Białko ogółem: 75.77 g; Tłuszcz: 58.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 334.57 g; W tym cukry: 115.18 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 5.51 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 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny
2024-12-21 sobota	<p><b>Sniadanie</b></p> <p>Chleb żytni razowy 64 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g                      Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>)                      Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL.</b>)                      Chleb bezglutenowy 60 g                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Schab gotowany 20 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 350 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL, GLU OW.</b>)                      Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>)                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	
	<p><b>II SN</b></p> <p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml                      Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml                      Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<b>MLE.</b>)                      Banan 1szt. 1 szt</p>		
<p><b>Obiad</b></p> <p>Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g                      Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Buraczki gotowane () 100 g                      Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g                      Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<b>MLE, SEL.</b>)                      Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g                      Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 50 g (<b>JAJ.</b>)                      Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (<b>SEL.</b>)                      Buraczki gotowane () 120 g                      Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g                      Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Buraczki gotowane () 120 g                      Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>		
<p><b>PD</b></p> <p>Twarożek na słodko 100 g (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Chrupki kukurydziane 20 g</p>	<p>Twarożek na słodko 100 g (<b>MLE.</b>)                      Mus z truskawek* 60 g</p>			
<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni razowy 64 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g                      Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b>)                      Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g                      Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL.</b>)                      Chleb bezglutenowy 60 g                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Rolada z łopatką wieprzowej 30 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b>)                      Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<b>MLE.</b>)</p>			
<p><b>PN</b></p> <p>Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Chrupki kukurydziane 20 g</p>	<p>Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<b>MLE.</b>)</p>			
	<p>Wartość energetyczna: 2166.79 kcal;                      Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 55.63 g;                      Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 337.89 g; W tym cukry: 107.85 g;                      Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 5.26 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2002.75 kcal;                      Białko ogółem: 55.21 g; Tłuszcz: 45.59 g;                      Kw. tł. nasy.: 17.13 g; Węglowodany ogółem: 352.44 g; W tym cukry: 125.94 g;                      Błonnik pok.: 22.52 g; Sól: 1.94 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2370.61 kcal;                      Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz: 67.12 g;                      Kw. tł. nasy.: 33.00 g; Węglowodany ogółem: 356.68 g; W tym cukry: 159.20 g;                      Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 5.22 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2145.53 kcal;                      Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 51.93 g;                      Kw. tł. nasy.: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 344.63 g; W tym cukry: 145.84 g;                      Błonnik pok.: 24.42 g; Sól: 4.80 g;</p>	<p>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;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-09 do dnia 2024-12-22 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK o kontrolowanej zaw.kw.tł.	BIAL- DSK Bezglutenowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Bogatobiałkowa papka/Rozdrobniona	BIAL- DSK Papkowata lekkostrawna/Rozdrobniona	BIAL- DSK Dzienny oddział psychiatryczny	
2024-12-22 niedziela	Sniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
		II ŚN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
2024-12-22 niedziela	Obiad	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 90 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c bezglutenowy 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
2024-12-22 niedziela	Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany z ziołami 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 35 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 35 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
		PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1941.91 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; Węglowodany ogółem: 275.94 g; W tym cukry: 42.29 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 1810.03 kcal; Białko ogółem: 53.01 g; Tłuszcz: 42.46 g; Kw. tł. nasy.: 17.89 g; Węglowodany ogółem: 311.36 g; W tym cukry: 96.27 g; Błonnik pok.: 20.97 g; Sól: 1.67 g;	Wartość energetyczna: 2001.49 kcal; Białko ogółem: 70.28 g; Tłuszcz: 46.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 337.51 g; W tym cukry: 118.24 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 3.90 g;	Wartość energetyczna: 1816.09 kcal; Białko ogółem: 58.73 g; Tłuszcz: 40.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 318.79 g; W tym cukry: 118.44 g; Błonnik pok.: 25.78 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,