

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-06 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 diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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 diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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 diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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 diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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 diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekkiem 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 diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekkiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)					
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dynia duszona z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Galaretką o smaku cytrynowym 200 g Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)						
Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	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 diete 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 diete 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 diete 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 diete 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 diete 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 diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt						
	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2161.49 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 290.38 g; W tym cukry: 78.29 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 1858.07 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 57.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 258.22 g; W tym cukry: 76.53 g; Błonnik pok.: 18.36 g; Sól: 3.98 g;	Wartość energetyczna: 2481.65 kcal; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 77.03 g; Kw. tł. nasy.: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 337.58 g; W tym cukry: 79.24 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2271.53 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 306.68 g; W tym cukry: 82.45 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 4.34 g;	Wartość energetyczna: 2033.98 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 52.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 297.14 g; W tym cukry: 78.28 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 3.22 g;	Wartość energetyczna: 1827.60 kcal; Białko ogółem: 100.50 g; Tłuszcz: 27.33 g; Kw. tł. nasy.: 6.85 g; Węglowodany ogółem: 298.13 g; W tym cukry: 81.65 g; Błonnik pok.: 16.13 g; Sól: 2.80 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-07 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 extra 82% 15 g (MLE) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1szt) 50 g Ketchup 15g saszelka 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-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1 szt) 50 g Ketchup 15g saszelka 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (2 szt) 100 g Ketchup 15g saszelka 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
		II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Gruszka 1szt. 150 g	
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Pierogi leniwe () 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL) Pierogi leniwe () 150 g (GLUPSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Pierogi leniwe () 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLUPSZ, JAJ) Sos koperkowy* 30 ml (GLU PSZ, MLE) 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 (MLE, SEL) Pierogi leniwe () 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Pierogi leniwe () 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE)				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 extra 82% 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 30 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa 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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa 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
	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	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ)					
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2288.73 kcal; Białko ogółem: 75.28 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 338.70 g; W tym cukry: 134.48 g; Błonnik pok.: 18.07 g; Sól: 4.78 g;	Wartość energetyczna: 1920.33 kcal; Białko ogółem: 61.30 g; Tłuszcz: 59.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 294.83 g; W tym cukry: 124.33 g; Błonnik pok.: 16.04 g; Sól: 4.34 g;	Wartość energetyczna: 2698.11 kcal; Białko ogółem: 89.29 g; Tłuszcz: 93.75 g; Kw. tł. nasy.: 41.69 g; Węglowodany ogółem: 384.48 g; W tym cukry: 135.69 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2188.27 kcal; Białko ogółem: 80.90 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 326.35 g; W tym cukry: 103.16 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2107.17 kcal; Białko ogółem: 73.58 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 329.07 g; W tym cukry: 127.63 g; Błonnik pok.: 16.67 g; Sól: 4.78 g;	Wartość energetyczna: 1786.13 kcal; Białko ogółem: 65.59 g; Tłuszcz: 30.48 g; Kw. tł. nasy.: 7.08 g; Węglowodany ogółem: 322.79 g; W tym cukry: 113.42 g; Błonnik pok.: 16.28 g; Sól: 4.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-08 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 kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g Miks warzyw na diete 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 kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<u>GLU PSZ SOJ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Sałatka meksykańska z fasolą 150 g (<u>JAJ SEL GOR</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Miks warzyw na diete 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 kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Miks warzyw na diete 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 diete 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 Roladka drobiowa 90 g (<u>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 () 250 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Roladka drobiowa 50 g (<u>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 Roladka drobiowa 90 g (<u>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 () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kalańlor 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 Roladka drobiowa 90 g (<u>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 Roladka drobiowa 90 g (<u>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 JĘCZ.</u>)			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	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 diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 112 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 diete 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 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	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: 2158.96 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 71.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 299.74 g; W tym cukry: 102.04 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 1867.74 kcal; Białko ogółem: 78.61 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.74 g; Węglowodany ogółem: 258.40 g; W tym cukry: 100.59 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2530.38 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; Węglowodany ogółem: 374.62 g; W tym cukry: 103.76 g; Błonnik pok.: 33.72 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 1886.95 kcal; Białko ogółem: 93.47 g; Tłuszcz: 57.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 260.17 g; W tym cukry: 89.96 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 1868.13 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 54.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 273.01 g; W tym cukry: 102.09 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 1518.84 kcal; Białko ogółem: 61.08 g; Tłuszcz: 18.87 g; Kw. tł. nasy.: 5.01 g; Węglowodany ogółem: 294.09 g; W tym cukry: 115.13 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 4.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-09 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>) Salatka 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>) Salatka 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>) Salatka 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>) Salatka 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>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Banan 1szt. 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)					
	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>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez młeka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Kłopski wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)						
	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
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>)						
		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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-10 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Miks warzyw na 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	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>) 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	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	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	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)				
	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-11 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL)	Chleb żytni razowy 64 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z makiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb żytni razowy 64 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z makiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb żytni razowy 128 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z makiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb żytni razowy 64 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z makiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diete lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z makiem z/c 250 ml (MLE)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT) 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 (MLE) Wafle ryżowe 30 g				
	Obiad		Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, SEL) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (GLUPSZ, JECZ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 250 ml (GLUPSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLUPSZ, JECZ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, SEL) Kasza gryczana 220 g Gulasz wieprzowy 150 g (GLUPSZ, JECZ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLUPSZ, JECZ) 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 (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLUPSZ, JAJ) 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 (MLE) Banan 1szt. 1 szt				
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) 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 (GLUPSZ, JAJ)				
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-12 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<i>SEL</i>)	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<i>GLU PSZ SOJ</i>) Masło extra 82% 15g (<i>MLE</i>) 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 (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</i>)	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<i>GLU PSZ SOJ</i>) Masło extra 82% 10g (<i>MLE</i>) 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 (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</i>)	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (<i>GLU PSZ SOJ</i>) Chleb żytni razowy 32g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Masło extra 82% 15g (<i>MLE</i>) 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 (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</i>)	Chleb żytni razowy 64g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Masło extra 82% 15g (<i>MLE</i>) 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 (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</i>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Masło extra 82% 15g (<i>MLE</i>) 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 (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</i>)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) 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
		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20g (<i>GLU PSZ, MLE</i>)					
2025-01-12 niedziela	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<i>SEL</i>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<i>GLU PSZ, SEL</i>) 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 (<i>GLU PSZ, SEL</i>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50g Sos koperkowy * 30 ml (<i>GLU PSZ, MLE</i>) Surówka z kapusty białej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<i>GLU PSZ, SEL</i>) 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 (<i>GLU PSZ, SEL</i>) 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 (<i>GLU PSZ, SEL</i>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150g Sos koperkowy * 30 ml (<i>GLU PSZ, MLE</i>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<i>GLU PSZ, SEL</i>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150g Sos koperkowy * 30 ml (<i>GLU PSZ, MLE</i>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120g (<i>SEL</i>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Gruszka 1szt. 150g Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<i>GLU PSZ, MLE</i>)				Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<i>GLU PSZ, MLE</i>)	
2025-01-12 niedziela	Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml (<i>SEL</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Masło extra 82% 15g (<i>MLE</i>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Masło extra 82% 10g (<i>MLE</i>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Masło extra 82% 15g (<i>MLE</i>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Masło extra 82% 15g (<i>MLE</i>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40g (<i>MLE</i>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Masło extra 82% 15g (<i>MLE</i>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70g (<i>MLE</i>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Twarożek 70g (<i>MLE</i>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana 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	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<i>MLE</i>)					
2025-01-12 niedziela	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: 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-13 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 128 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет szefa z dodatkiem białka sojowego 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt					
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Placki serniczki 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Placki serniczki 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Placki serniczki 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)					
	Kolejca	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 50 g	Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)					
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-14 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL ₁)	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)					
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL ₁) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ₁) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń wieprzowa z szynki 90 g Sos ziołowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL ₁) Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ₁) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL ₁) Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ₁) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Pieczeń wieprzowa z szynki 90 g Sos ziołowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL ₁) Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ₁) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń wieprzowa z szynki 90 g Sos ziołowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL ₁) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ₁) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń wieprzowa z szynki 90 g Sos ziołowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL ₁) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Pomarańcza 150 g Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)					Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL ₁) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)					
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2377.89 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 335.38 g; W tym cukry: 80.47 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2013.30 kcal; Białko ogółem: 73.42 g; Tłuszcz: 56.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 303.74 g; W tym cukry: 76.83 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 5.04 g;	Wartość energetyczna: 2608.30 kcal; Białko ogółem: 102.96 g; Tłuszcz: 75.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 381.26 g; W tym cukry: 80.65 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2426.56 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 72.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 349.30 g; W tym cukry: 90.50 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2233.16 kcal; Białko ogółem: 92.56 g; Tłuszcz: 62.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 331.34 g; W tym cukry: 85.32 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2002.70 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz: 38.37 g; Kw. tł. nasy.: 11.58 g; Węglowodany ogółem: 327.83 g; W tym cukry: 87.41 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sól: 4.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-15 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15g (MLE) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30g (RYB, SEL) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30g (RYB, SEL) Pierś 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)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15g (MLE) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30g (RYB, SEL) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR) Miks warzyw na dietę podstawową 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) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR) Miks warzyw na dietę podstawową 40g 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) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE) Wafle ryżowe 30g			
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GÓR) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 250 ml (GLU PSZ, SEL, GÓR) Kasza kuskus/sypko 100g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK) Filet z kurczaka gotowany 50g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GÓR) Kasza kuskus/sypko 220g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 120g Cukinia pieczona z olejem * 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GÓR) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 100g Cukinia pieczona z olejem * 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Filet z kurczaka gotowany 90g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	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)	Jabłko 1 szt 1 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)		
PN	Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15g (MLE) Ser topiony 40g (MLE) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Ser topiony 40g (MLE) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 128g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15g (MLE) Ser topiony 40g (MLE) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15g (MLE) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		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 (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Dżem 25g 1 szt		Dżem 25g 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Dżem 25g 1 szt
		Wartość energetyczna: 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: 2351.90 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 66.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 357.85 g; W tym cukry: 126.12 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 2036.57 kcal; Białko ogółem: 72.39 g; Tłuszcz: 54.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 324.31 g; W tym cukry: 124.02 g; Błonnik pok.: 25.77 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2670.23 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 68.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 421.69 g; W tym cukry: 127.44 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2372.55 kcal; Białko ogółem: 98.57 g; Tłuszcz: 62.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 362.78 g; W tym cukry: 130.90 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2249.76 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 51.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 367.58 g; W tym cukry: 128.36 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 1996.73 kcal; Białko ogółem: 86.87 g; Tłuszcz: 26.33 g; Kw. tł. nasy.: 8.67 g; Węglowodany ogółem: 367.58 g; W tym cukry: 134.82 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 4.55 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-16 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym 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% 15g (<u>MLE</u>) Sałatka meksykańska z fasolą 150g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Sałatka meksykańska z fasolą 100g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Sałatka meksykańska z fasolą 150g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</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, SO2.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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, SO2.</u>) Miksz warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Miksz warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chątka 50g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Chątka 50g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chątka 50g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Chątka 50g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 100g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp () 100g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp () 200g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) 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* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) 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	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Klopsik wieprzowy 80g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 30ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)						
Kolejca	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) 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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) 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	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miksz warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miksz warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miksz warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g 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	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)						
PN	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2350.50 kcal; Białko ogółem: 84.14 g; Tłuszcz: 82.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 322.99 g; W tym cukry: 91.08 g; Błonnik pok.: 20.16 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 1940.53 kcal; Białko ogółem: 71.22 g; Tłuszcz: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 277.09 g; W tym cukry: 87.54 g; Błonnik pok.: 14.62 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 2544.02 kcal; Białko ogółem: 99.18 g; Tłuszcz: 89.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 344.31 g; W tym cukry: 92.66 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2255.50 kcal; Białko ogółem: 82.76 g; Tłuszcz: 83.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 302.10 g; W tym cukry: 89.66 g; Błonnik pok.: 21.30 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 2071.71 kcal; Białko ogółem: 78.96 g; Tłuszcz: 70.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 293.02 g; W tym cukry: 86.83 g; Błonnik pok.: 13.47 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 1773.41 kcal; Białko ogółem: 77.42 g; Tłuszcz: 39.69 g; Kw. tł. nasy.: 11.04 g; Węglowodany ogółem: 289.01 g; W tym cukry: 77.47 g; Błonnik pok.: 11.47 g; Sól: 4.41 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-17 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, białka 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				
2025-01-17 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 Eskalopka z dorsza 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Eskalopka z dorsza 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Eskalopka z dorsza 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza 90 g (<u>RYB, JAJ, RYB, MLE</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g 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
2025-01-17 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: 2424.65 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 87.34 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 339.26 g; W tym cukry: 136.72 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2027.39 kcal; Białko ogółem: 66.54 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 298.69 g; W tym cukry: 132.54 g; Błonnik pok.: 19.93 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 2721.25 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 89.79 g; Kw. tł. nasy.: 37.35 g; Węglowodany ogółem: 400.84 g; W tym cukry: 142.66 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 7.18 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-18 sobota	Sniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki z szynki-kielbasa 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Parówki z szynki-kielbasa 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki z szynki-kielbasa 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki z szynki-kielbasa 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurczak 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurczak 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie 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) Banan 1szt. 1 szt					
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 90 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		
	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Twarożek na słodko 100 g (MLE) Mus z truskawek* 60 g						
Kolejca	Bulion warzywny () 250 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałatka z makaronu-dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Sałatka z makaronu-dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	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) Sałatka z makaronu-dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na diecie 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 wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)						
PN	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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-19 niedziela	Sniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni staropolski 56 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni staropolski 112 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Koktajl wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g					
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Kotlet schabowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	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	
Kolejka	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)							
	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml							
	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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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
2025-01-06 poniedziałek	Śniadanie Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 20g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Filet z indyka gotowany (bez soli) 40g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) 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 Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN Serek homo. naturalny 100g (MLE.) Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20g Sałata zielona 10g	Serek homo. naturalny 100g (MLE.) Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Serek homo. naturalny 100g (MLE.) Podplomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)	Serek homo. naturalny 100g (MLE.) Podplomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)	Podplomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)	Galaretko o smaku cytrynowym 200g Chrupki kukurydziane 20g
	Obiad Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos koperkowy* 30ml (GLU PSZ, MLE.) Dynia duszona z olejem* 120g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos koperkowy* 30ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami* (pełnoziarnisty) 300g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty (bez soli) 180g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 80g Sos koperkowy* (bez soli) 30ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 90g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos koperkowy* 30ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100g Dynia duszona z olejem* 100g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos koperkowy* 30ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100g Dynia duszona z olejem* 100g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos koperkowy* (bez mleka) 30ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD Galaretko o smaku cytrynowym 200g Podplomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)	Galaretko o smaku cytrynowym 200g Podplomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)	Galaretko o smaku cytrynowym 200g Podplomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Wafle ryżowe 30g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Wafle ryżowe 30g	Wafle ryżowe 30g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Wafle ryżowe 30g Galaretko o smaku cytrynowym 200g
	Kolejca Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Twarożek z ziołami 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.) Twarożek z ziołami 70g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 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% 15g (MLE.) Twarożek z ziołami 30g (MLE.) Miks warzyw na dietę 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% 15g (MLE.) Rolada z łopatkki wieprzowej (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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek z ziołami 70g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50g 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 Twarożek z ziołami 70g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 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 Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40g Miks warzyw na dietę 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	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chleb żytni razowy 32g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Twarożek z ziołami 20g (MLE.) Sałata zielona 10g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
		Wartość energetyczna: 1916.36 kcal; Białko ogółem: 97.78 g; Tłuszcz: 50.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; Węglowodany ogółem: 271.44 g; W tym cukry: 51.88 g; Błonnik pok.: 13.29 g; Sól: 3.03 g;	Wartość energetyczna: 2005.82 kcal; Białko ogółem: 90.50 g; Tłuszcz: 52.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 294.79 g; W tym cukry: 77.10 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 4.22 g;	Wartość energetyczna: 1774.24 kcal; Białko ogółem: 58.30 g; Tłuszcz: 44.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.37 g; Węglowodany ogółem: 287.44 g; W tym cukry: 73.84 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 2.99 g;	Wartość energetyczna: 2034.74 kcal; Białko ogółem: 96.54 g; Tłuszcz: 55.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 288.69 g; W tym cukry: 78.20 g; Błonnik pok.: 22.52 g; Sól: 2.58 g;	Wartość energetyczna: 1466.80 kcal; Białko ogółem: 93.63 g; Tłuszcz: 23.95 g; Kw. tł. nasy.: 5.29 g; Węglowodany ogółem: 220.84 g; W tym cukry: 50.16 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 2.81 g;	Wartość energetyczna: 1833.05 kcal; Białko ogółem: 95.68 g; Tłuszcz: 48.79 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 257.07 g; W tym cukry: 32.65 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 3.63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-07 wtorek	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Miksy warzyw na diecie podstawową 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.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Miksy warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 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.) Pasta z twarogu z koperkiem (bez soli) 30 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Miksy warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Miksy warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 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 Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Miksy warzyw na diecie podstawową 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.) 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 Miksy warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Mandarynka 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Mandarynka 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Mandarynka 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g	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 Ogórek kiszony 50 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.) Gruszka 1szt. 150 g	
	Obiad	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe () 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe () 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Kluski śląskie() 150 g (JAJ.) Surówka z kapusty białej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez soli) () 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe () 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 30 ml (GLUPSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos koperkowy* (bez mleka) 30 ml (GLUPSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos koperkowy* (bez mleka) 30 ml (GLUPSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLUPSZ, MLE.)	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLUPSZ, MLE.)	Wafle ryżowe 30 g	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLUPSZ, MLE.)	
	Kolejka	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miksy warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 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.) Miksy warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miksy warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miksy warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miksy warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miksy warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chalka 50 g (GLUPSZ, JAJ.)				Chleb żytni razowy 32 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2105.23 kcal; Białko ogółem: 72.11 g; Tłuszcz: 59.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 329.64 g; W tym cukry: 125.12 g; Błonnik pok.: 14.61 g; Sól: 4.77 g;	Wartość energetyczna: 2350.37 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 30.37 g; Węglowodany ogółem: 363.75 g; W tym cukry: 141.95 g; Błonnik pok.: 17.35 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 1760.47 kcal; Białko ogółem: 32.56 g; Tłuszcz: 40.31 g; Kw. tł. nasy.: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 327.65 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 19.92 g; Sól: 3.38 g;	Wartość energetyczna: 2145.54 kcal; Białko ogółem: 71.77 g; Tłuszcz: 60.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 339.20 g; W tym cukry: 137.80 g; Błonnik pok.: 16.68 g; Sól: 2.67 g;	Wartość energetyczna: 1599.61 kcal; Białko ogółem: 67.76 g; Tłuszcz: 36.25 g; Kw. tł. nasy.: 7.45 g; Węglowodany ogółem: 263.15 g; W tym cukry: 55.17 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 1908.81 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kw. tł. nasy.: 15.51 g; Węglowodany ogółem: 277.79 g; W tym cukry: 48.38 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 1814.10 kcal; Białko ogółem: 65.82 g; Tłuszcz: 46.34 g; Kw. tł. nasy.: 12.14 g; Węglowodany ogółem: 297.06 g; W tym cukry: 82.96 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 6.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-08 środa	Sniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Serek homo. naturalny 70g (MLE.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Serek homo. naturalny 70g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Serek homo. naturalny 70g (MLE.) Sałata zielona 10g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 64g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Serek homo. naturalny 70g (MLE.) Sałata zielona 10g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 64g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Ser żółty 50g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Bulka graham-pszenna 80g 1 szt (GLUPSZ, SOJ.) 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 (MLE.) Mus z truskawek* 60g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200ml Mus z truskawek* 60g	Twarożek na słodko 100g (MLE.) Mus z truskawek* 60g	Maślanka 200ml (MLE.) Wafle tortowe 25g (GLUPSZ, SOJ.)	Chleb żytni razowy 32g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200ml Mus z truskawek* 60g
2025-01-08 środa	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Roladka drobiowa 90g (JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 120g (GLUPSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Kotlety z brokuła* 90g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 120g (GLUPSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez soli) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Roladka drobiowa (bez soli) 90g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Sos jarzynowy* (bez soli) 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki oprószone (bez soli) () 120g (GLUPSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100g Roladka drobiowa 90g (JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100g Kalańfort gotowany* 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Roladka drobiowa 90g (JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem b/c () 120g Kalańfort gotowany* 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Roladka drobiowa 90g (JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopity 30g (GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)	Mandarynka 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Mandarynka 1 szt Biszkopity 30g (GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30g
2025-01-08 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 32g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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: 1872.23 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 55.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 270.25 g; W tym cukry: 100.21 g; Błonnik pok.: 17.98 g; Sól: 4.64 g;	Wartość energetyczna: 2063.51 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 277.69 g; W tym cukry: 107.44 g; Błonnik pok.: 18.28 g; Sól: 4.53 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: 1913.93 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 56.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 270.96 g; W tym cukry: 97.52 g; Błonnik pok.: 16.90 g; Sól: 3.03 g;	Wartość energetyczna: 1416.22 kcal; Białko ogółem: 74.86 g; Tłuszcz: 25.29 g; Kw. tł. nasy.: 7.21 g; Węglowodany ogółem: 226.87 g; W tym cukry: 47.08 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 4.25 g;	Wartość energetyczna: 1896.68 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 241.90 g; W tym cukry: 44.15 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 1687.45 kcal; Białko ogółem: 62.98 g; Tłuszcz: 40.43 g; Kw. tł. nasy.: 11.08 g; Węglowodany ogółem: 273.31 g; W tym cukry: 86.82 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 4.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-09 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 kiełbasa 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	
Kolacja	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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	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, 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-10 piątek	Sniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g
		II SN	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE) Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z brokuła* 20 g Sałata zielona 10 g Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE) Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (SOJ, MLE) Pasta z brokuła* 20 g Sałata zielona 10 g
2025-01-10 piątek	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 40 g (RYB) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez soli) 90 g (RYB) Brokuł gotowany (bez soli)* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
		PD	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g (MLE)				Jabłko 1 szt 1 szt Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)
2025-01-10 piątek	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Twarożek 70 g (MLE) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 40 g (MLE) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 60 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 50 g	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-11 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Ryż na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Wafle ryżowe 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml Wafle ryżowe 30g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Wafle ryżowe 30g	Wafle ryżowe 30g	Chleb żytni razowy 32g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10g
	Obiad		Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Gulasz wieprzowy 150g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Gulasz wieprzowy 150g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy (bez soli) 150g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem (bez soli) () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 200 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 90g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150g (GLU PSZ.) 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 (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150g (GLU PSZ.) 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 (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1szt Banan 1szt. 1szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Banan 1szt. 1szt	Banan 1szt. 1szt Chrupki kukurydziane 20g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1szt	Jabłko 1 szt 1 szt Serek homo. naturalny 150g (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) 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.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Serek homo. naturalny 70g (MLE.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 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 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ, JAJ.)			Wafle ryżowe 30g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 32g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-12 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Rolada z topatki wieprzowej (bez soli) 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		Jabłko 1 szt 1 szt Suchary b/c 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g
	Obiad		Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez soli) 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 120 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)		Gruszka 1szt. 150 g		Mandarynka 1 szt
	Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
		PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)		Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-13 poniedziałek	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 20 g (GLU,PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU,PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU,PSZ, GLU,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 diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU,PSZ, GLU,ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 70 g Miks warzyw na diecie 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 diecie 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 diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU,PSZ, GLU,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 1 szt 1 szt	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 soli) () 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, SEL.) 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, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU,PSZ, SEL.) 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, SEL.) 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 diecie 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 diecie 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 diecie lekkostrawną z mixem sałat 40 g	Chleb żytni razowy 64 g (GLU,PSZ, GLU,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 diecie podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU,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 diecie 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 diecie 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek kiszony 40 g	Wafle tortowe 30 g (GLU,PSZ, SOJ.)
		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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-14 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, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń wieprzowa z szynki 90 g Sos ziołowy* 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką *(bez mleka) 350 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń wieprzowa z szynki 40 g Sos ziołowy* 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Pieczeń wieprzowa z szynki (bez soli) 90 g Sos ziołowy* (bez soli) 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki gotowane (bez soli) () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką *(bez mleka) 200 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Pieczeń wieprzowa z szynki 90 g Sos ziołowy* 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Sałatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń wieprzowa z szynki 90 g Sos ziołowy* 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Sałatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką *(bez mleka) 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń wieprzowa z szynki 90 g Sos ziołowy* 30 ml (GLUPSZ, SEL.) 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)	Pomarańcza 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Pomarańcza 150 g	Pomarańcza 150 g Chałka 50 g (GLUPSZ, JAJ.)	
	Kolacja	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 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	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 ostniejad 20 g Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2220.46 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 62.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 329.04 g; W tym cukry: 84.94 g; Błonnik pok.: 19.92 g; Sól: 5.35 g;	Wartość energetyczna: 2233.16 kcal; Białko ogółem: 92.56 g; Tłuszcz: 62.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 331.34 g; W tym cukry: 85.32 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 1690.19 kcal; Białko ogółem: 47.26 g; Tłuszcz: 44.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 283.05 g; W tym cukry: 64.90 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 2141.90 kcal; Białko ogółem: 82.41 g; Tłuszcz: 61.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 320.05 g; W tym cukry: 72.38 g; Błonnik pok.: 21.27 g; Sól: 3.28 g;	Wartość energetyczna: 1542.28 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 43.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.88 g; Węglowodany ogółem: 206.55 g; W tym cukry: 56.58 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 1921.02 kcal; Białko ogółem: 92.33 g; Tłuszcz: 72.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 237.36 g; W tym cukry: 39.86 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 1971.33 kcal; Białko ogółem: 78.70 g; Tłuszcz: 51.33 g; Kw. tł. nasy.: 12.59 g; Węglowodany ogółem: 305.19 g; W tym cukry: 77.52 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 5.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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 (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, GÓR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) 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 JĘCZ.)	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, GÓR.) Miks warzyw na dietę podstawową 50g 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 Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Miks warzyw na dietę podstawową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 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
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,wędzonka,parzona z wodą dodaną. 20g (SOJ,może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GÓR.) 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.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Filet z kurczaka gotowany 90g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) 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	Ziemniaczana (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko (bez soli) 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 90g Sos jarzynowy* (bez soli) 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 90g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GÓR.) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Filet z kurczaka gotowany 90g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
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	
Kolejaja	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	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	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 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	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	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 z/c 250 ml	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
PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25g 1 szt				Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 ost.niejad 20g Sałata zielona 20g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2209.88 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 55.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 339.64 g; W tym cukry: 113.56 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 2574.21 kcal; Białko ogółem: 114.11 g; Tłuszcz: 60.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 402.91 g; W tym cukry: 152.30 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2535.51 kcal; Białko ogółem: 73.38 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 416.62 g; W tym cukry: 133.35 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2360.57 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 55.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 378.38 g; W tym cukry: 142.69 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 3.40 g;	Wartość energetyczna: 1408.62 kcal; Białko ogółem: 86.50 g; Tłuszcz: 24.42 g; Kw. tł. nasy.: 7.45 g; Węglowodany ogółem: 218.53 g; W tym cukry: 56.84 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 4.59 g;	Wartość energetyczna: 2062.49 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 15.38 g; Węglowodany ogółem: 303.75 g; W tym cukry: 69.07 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2006.13 kcal; Białko ogółem: 85.70 g; Tłuszcz: 39.49 g; Kw. tł. nasy.: 10.09 g; Węglowodany ogółem: 338.88 g; W tym cukry: 86.37 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sól: 7.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-16 czwartek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na dietę 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% 15g (MLE.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (bez soli) 50g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb żytni razowy 70g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (GLU PSZ, SEZ, GLU OW.) 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 dietę podstawową z sałatą lodową 40g
	II SN	Chalka 50g (GLU PSZ, JAJ.) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chalka 50g (GLU PSZ, JAJ.)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chalka 50g (GLU PSZ, JAJ.)	Chalka 50g (GLU PSZ, JAJ.) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)	Chleb żytni razowy 32g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 20g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Wafle tortowe 30g (GLU PSZ, SOJ.)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180g (GLU PSZ, JAJ.) Klopsik wieprzowy 80g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 30 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180g (GLU PSZ, JAJ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mlek) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami*- dieta BM 300g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron (bez soli) 180g (GLU PSZ, JAJ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180g (GLU PSZ, JAJ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180g (GLU PSZ, JAJ.) Klopsik wieprzowy 80g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 30 ml (GLU PSZ, JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mlek) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180g (GLU PSZ, JAJ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200g (GLU PSZ, MLE.)	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ.)	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ.)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200g (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt Podplomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ.)	
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Jajko gotowane kł M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50g 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, 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.) Salata zielona 10g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2033.01 kcal; Białko ogółem: 77.59 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 283.18 g; W tym cukry: 86.64 g; Błonnik pok.: 12.58 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 2316.11 kcal; Białko ogółem: 91.03 g; Tłuszcz: 76.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 325.33 g; W tym cukry: 101.89 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sól: 5.34 g;	Wartość energetyczna: 1673.49 kcal; Białko ogółem: 43.34 g; Tłuszcz: 38.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; Węglowodany ogółem: 299.45 g; W tym cukry: 76.95 g; Błonnik pok.: 15.26 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 2157.52 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 74.59 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 297.23 g; W tym cukry: 85.72 g; Błonnik pok.: 15.45 g; Sól: 2.84 g;	Wartość energetyczna: 1712.46 kcal; Białko ogółem: 80.53 g; Tłuszcz: 51.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.73 g; Węglowodany ogółem: 241.14 g; W tym cukry: 46.21 g; Błonnik pok.: 22.11 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 1990.12 kcal; Białko ogółem: 85.13 g; Tłuszcz: 67.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.40 g; Węglowodany ogółem: 272.50 g; W tym cukry: 43.33 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 1838.70 kcal; Białko ogółem: 61.79 g; Tłuszcz: 50.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.83 g; Węglowodany ogółem: 284.22 g; W tym cukry: 78.92 g; Błonnik pok.: 17.61 g; Sól: 5.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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		
2025-01-17 piątek	II ŚN	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
			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Melon 200 g	Chleb żytni razowy 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Melon 200 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	
2025-01-17 piątek	PD	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 kiszzonej 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 kiszzonej 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 kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
			Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Koktajl truskawkowy* 250 ml (<u>MLE.</u>) 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	Chrupki kukurydziane 20 g Mandarynka 1 szt
2025-01-17 piątek	PN	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 25g 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 25g 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 25g 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 25g 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
			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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-18 sobota	Sniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa homogenizowana, wędzona, parzona 50g Ketchup 15g saszetka 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 20g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50g 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 Baton szynkowy z kurcząt 40g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 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 (MLE) Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.) 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) Banan 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 32g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 20g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety z brokuła* 400g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 160g Potrawka drobiowa z warzywami (bez soli)* 230g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane (bez soli) () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 90g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g (GLU PSZ, SEL.) 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	
	PD	Twarożek na słodko 100g (MLE) Mus z truskawek* 60g	Podplomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.) Mus z truskawek* 60g	Twarożek na słodko 100g (MLE) Mus z truskawek* 60g	Podplomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Chrupki kukurydziane 20g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miksy warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miksy warzyw na dietę 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% 15g (MLE) Rolada z łąpatki wieprzowej (bez soli) 40g Miksy warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130g (GLU PSZ, SEL.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE)	Chleb żytni razowy 64g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Sałata z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130g (GLU PSZ, SEL.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE)	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) 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 (MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Chleb żytni razowy 32g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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
2025-01-19 niedziela	Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolejka	PN	
	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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, GÓR.) Kawa z młkiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z młkiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kawa z młkiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Kawa z młkiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa z młkiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb żytni staropolski 56 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez soli)* 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Pulpet wieprzowy (bez soli) 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny (bez soli) 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 200 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (MLE.) 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 (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)				Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-06 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet z indyka 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z fasoli* 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wrp 35 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	Galaretko o smaku cytrynowym 200 g Chrupki kukurydziane 20 g	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>)	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) 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	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Dynia duszona z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g 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 ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt	Galaretko o smaku cytrynowym 200 g Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	
	PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2025.46 kcal; Białko ogółem: 82.06 g; Tłuszcz: 36.95 g; Kw. tł. nasy.: 8.40 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; W tym cukry: 105.90 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 3.16 g;	Wartość energetyczna: 2229.72 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 55.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 348.19 g; W tym cukry: 128.36 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sól: 1.76 g;	Wartość energetyczna: 2318.38 kcal; Białko ogółem: 81.09 g; Tłuszcz: 70.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 344.58 g; W tym cukry: 88.64 g; Błonnik pok.: 32.33 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 514.91 kcal; Białko ogółem: 22.36 g; Tłuszcz: 4.20 g; Kw. tł. nasy.: 0.36 g; Węglowodany ogółem: 100.41 g; W tym cukry: 23.43 g; Błonnik pok.: 7.75 g; Sól: 0.63 g;	Wartość energetyczna: 1327.91 kcal; Białko ogółem: 41.81 g; Tłuszcz: 11.67 g; Kw. tł. nasy.: 1.20 g; Węglowodany ogółem: 276.39 g; W tym cukry: 30.82 g; Błonnik pok.: 19.29 g; Sól: 2.32 g;	Wartość energetyczna: 1543.04 kcal; Białko ogółem: 60.43 g; Tłuszcz: 17.10 g; Kw. tł. nasy.: 2.61 g; Węglowodany ogółem: 293.28 g; W tym cukry: 43.02 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 2.54 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-07 wtorek	II SN	<p>Sniadanie</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb żytni staropolski 56 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 35 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p>
		<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Gruszka 1szt. 150 g</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml</p>	<p>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g</p>	<p>Mandarynka 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 200 ml</p>
2025-01-07 wtorek	PD	<p>Obiad</p> <p>Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez ja) 90 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>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</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p>
		<p>Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ.)</p>	<p>Chrupki kukurydziane 20 g Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.)</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml</p>	<p>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 200 ml</p>
2025-01-07 wtorek	PN	<p>Kolejka</p> <p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szyunka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p>
		<p>Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)</p>	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g</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>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
	<p>Wartość energetyczna: 1835.20 kcal; Białko ogółem: 72.11 g; Tłuszcz: 49.55 g; Kw. tł. nasy.: 13.14 g; Węglowodany ogółem: 288.17 g; W tym cukry: 80.42 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 4.05 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2074.96 kcal; Białko ogółem: 64.19 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; Węglowodany ogółem: 318.86 g; W tym cukry: 103.40 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sól: 2.22 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2235.33 kcal; Białko ogółem: 76.19 g; Tłuszcz: 70.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 332.63 g; W tym cukry: 133.86 g; Błonnik pok.: 18.07 g; Sól: 3.70 g;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1634.27 kcal; Białko ogółem: 55.99 g; Tłuszcz: 29.50 g; Kw. tł. nasy.: 5.28 g; Węglowodany ogółem: 292.00 g; W tym cukry: 37.74 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 4.20 g;</p>	<p>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;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-08 środa	II SN	Sniadanie Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkı więprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Mus z truskawek* 60 g	Twarożek na słodko 100 g (MLE.)	Twarożek na słodko 100 g (MLE.) 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
2025-01-08 środa	PD	Obiad Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa (bez jaj) 90 g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety z brokuła* 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószane () 120 g (GLU PSZ.) 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.) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 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
		Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Mandarynka 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.) Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
2025-01-08 środa	PN	Kolejaja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Hummus 70 g (SEZ.) 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 (SEL, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 35 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1716.82 kcal; Białko ogółem: 61.88 g; Tłuszcz: 46.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.08 g; Węglowodany ogółem: 273.33 g; W tym cukry: 89.11 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 3.69 g;	Wartość energetyczna: 1917.67 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 56.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 275.97 g; W tym cukry: 71.49 g; Błonnik pok.: 18.75 g; Sól: 2.08 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-09 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 (morszczuk)-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
2025-01-09 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.)
2025-01-09 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: 2252.13 kcal; Białko ogółem: 69.03 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g; W tym cukry: 142.39 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sól: 1.76 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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
2025-01-10 piątek	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Szynka wieprzowa gotowana 40 g	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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 pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 35 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba smażona (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g (<u>MLE</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Schab Ojca Grzegorza-wędliina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 35 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1699.50 kcal; Białko ogółem: 63.92 g; Tłuszcz: 39.33 g; Kw. tł. nasy.: 10.53 g; Węglowodany ogółem: 278.42 g; W tym cukry: 82.61 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 4.14 g;	Wartość energetyczna: 2050.43 kcal; Białko ogółem: 74.00 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 308.50 g; W tym cukry: 108.09 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 2.97 g;	Wartość energetyczna: 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-11 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Hummus 70 g (SEZ.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Budyń o smaku 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 (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi z serem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Banana 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 (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejka	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-12 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkii wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Rolada z łopatkii wieprzowej 40 g 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 (GLU PSZ, SOJ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g 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.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ, MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g 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 (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt	Mandarynka 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g 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	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana 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 z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (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 Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.)	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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-13 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) 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 (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (SOJ.)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) 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 (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy z serem białym 300 g (MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 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	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Pulpet drobiowy 90 g (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	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) 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 (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet wegetariański () 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 35 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.)	Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.)		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-14 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet z soczewicy* 70 g (GLU PSZ, JAJ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) 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. 50 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 SN	Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.) 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 (GLU PSZ, SOJ.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez ja) 80 g (GLU PSZ) Sos ziołowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń wieprzowa z szynki 90 g Sos ziołowy* (bez glutenu) 30 ml (SEL) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi z serem* 200 g (GLU PSZ, MLE) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Pomarańcza 150 g	Pomarańcza 150 g Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolacja	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) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) 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) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 35 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) 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 (MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1842.95 kcal; Białko ogółem: 63.37 g; Tłuszcz: 40.98 g; Kw. tł. nasy.: 11.95 g; Węglowodany ogółem: 312.29 g; W tym cukry: 119.73 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sól: 3.62 g;	Wartość energetyczna: 2139.30 kcal; Białko ogółem: 83.20 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 314.85 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 4.59 g;	Wartość energetyczna: 2387.50 kcal; Białko ogółem: 83.44 g; Tłuszcz: 68.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 358.76 g; W tym cukry: 76.15 g; Błonnik pok.: 21.77 g; Sól: 3.52 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: 1822.93 kcal; Białko ogółem: 59.40 g; Tłuszcz: 29.34 g; Kw. tł. nasy.: 5.43 g; Węglowodany ogółem: 331.23 g; W tym cukry: 42.06 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 5.74 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-15 środa	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 35 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Mus z jabłek () z/c 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.) 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 (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi 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 Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 180 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Kotlet z jaj 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	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 (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejaja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 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 40 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 35 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt	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: 1992.12 kcal; Białko ogółem: 82.57 g; Tłuszcz: 37.19 g; Kw. tł. nasy.: 9.86 g; Węglowodany ogółem: 342.10 g; W tym cukry: 86.73 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 4.13 g;	Wartość energetyczna: 2251.54 kcal; Białko ogółem: 75.60 g; Tłuszcz: 53.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 374.65 g; W tym cukry: 120.54 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 1.90 g;	Wartość energetyczna: 2629.77 kcal; Białko ogółem: 81.50 g; Tłuszcz: 89.47 g; Kw. tł. nasy.: 42.11 g; Węglowodany ogółem: 384.89 g; W tym cukry: 124.60 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 6.36 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: 1657.97 kcal; Białko ogółem: 57.80 g; Tłuszcz: 26.44 g; Kw. tł. nasy.: 3.93 g; Węglowodany ogółem: 303.99 g; W tym cukry: 28.69 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-16 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawnej sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (GLU PSZ, SEZ, GLU OW.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Gulasz sojowy z warzywami * 230 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 120 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Klopsik wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ.)	Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Wafle tortowe 20 g (GLU PSZ, SOJ.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie lekkostrawnej sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa drobiowa 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 (GLU PSZ, 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	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1793.82 kcal; Białko ogółem: 71.41 g; Tłuszcz: 48.09 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 277.64 g; W tym cukry: 74.45 g; Błonnik pok.: 14.96 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 1972.90 kcal; Białko ogółem: 73.76 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 271.60 g; W tym cukry: 74.68 g; Błonnik pok.: 15.46 g; Sól: 1.57 g;	Wartość energetyczna: 2597.29 kcal; Białko ogółem: 114.21 g; Tłuszcz: 85.29 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 344.19 g; W tym cukry: 102.06 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 4.32 g;	Wartość energetyczna: 517.21 kcal; Białko ogółem: 8.15 g; Tłuszcz: 1.08 g; Kw. tł. nasy.: 0.20 g; Węglowodany ogółem: 121.41 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 5.87 g; Sól: 0.21 g;	Wartość energetyczna: 1397.05 kcal; Białko ogółem: 28.51 g; Tłuszcz: 12.66 g; Kw. tł. nasy.: 3.46 g; Węglowodany ogółem: 300.29 g; W tym cukry: 70.45 g; Błonnik pok.: 17.79 g; Sól: 2.46 g;	Wartość energetyczna: 1673.20 kcal; Białko ogółem: 57.77 g; Tłuszcz: 30.98 g; Kw. tł. nasy.: 6.39 g; Węglowodany ogółem: 301.03 g; W tym cukry: 44.96 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-17 piątek	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Mięks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE) Mięks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 35 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		II ŚN	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Melon 200 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) 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 (GLU PSZ, SOJ)
2025-01-17 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (SEL, GLU JEĆZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g (RYB) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 120 g (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JEĆZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g (RYB) Warzywa po grecku* 120 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki 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 (MLE) Mandarynka 1 szt	Koktajl truskawkowy* 250 ml (MLE) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ)
2025-01-17 piątek	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE) Serek a'la homogenizowany 40 g (MLE) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Serek a'la homogenizowany 40 g (MLE) Mięks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (może zawierać: MLE)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-18 sobota	Sniadanie	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.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) 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 (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 35 g (SOJ, MLE.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	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 (MLE.) 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 (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
2025-01-18 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 160 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu)* 230 g (SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Kotlety z brokuła* 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Twarożek na słodko 100 g (MLE.)	Twarożek na słodko 100 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
2025-01-18 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 35 g (SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-19 niedziela	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa z makiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 55 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.)		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 (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g 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 (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Pierogi z truskawkami * 200 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	
	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 (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	
Kolejka	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 35 g (SOJ, MLE.) 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 (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-06 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>)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</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	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</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	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, biała 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 SN	Serek homo. naturalny 100 g (<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.</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	Galaretko o smaku cytrynowym 200 g	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>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>)	Wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Dyńia duszona z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* 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 cytrynowym 200 g Podplomyki b/c 20 g (<u>GLUPSZ, MLE.</u>)	
	Kolecja	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 łopatkii 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	Chrupki kukurydziane 20 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 688.64 kcal; Białko ogółem: 28.52 g; Tłuszcz: 7.68 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 128.01 g; W tym cukry: 21.80 g; Błonnik pok.: 6.13 g; Sól: 0.18 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: 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: 1951.84 kcal; Białko ogółem: 53.66 g; Tłuszcz: 30.41 g; Kw. tł. nasy.: 7.47 g; Węglowodany ogółem: 375.16 g; W tym cukry: 107.84 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sól: 5.11 g;	Wartość energetyczna: 1853.30 kcal; Białko ogółem: 53.29 g; Tłuszcz: 32.18 g; Kw. tł. nasy.: 7.70 g; Węglowodany ogółem: 349.08 g; W tym cukry: 81.67 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 2496.11 kcal; Białko ogółem: 119.62 g; Tłuszcz: 74.18 g; Kw. tł. nasy.: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 341.32 g; W tym cukry: 93.01 g; Błonnik pok.: 26.72 g; Sól: 5.68 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-07 wtorek	Sniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ,)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, 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 z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, 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	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa.homogenizowana.wędzona.p arzona (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,)
		II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ,)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ,) Mandarynka 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE,) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ,)	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (GLUPSZ, JAJ,) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (GLUPSZ,) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez jai) 50 g (GLUPSZ,) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (GLUPSZ,) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL,) Pierogi leniwe () 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ,)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLUPSZ,)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLUPSZ, MLE,)	
	Kolejacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ,)	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 70 g (GLUPSZ, 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
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (GLUPSZ, SOJ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g
		Wartość energetyczna: 696.58 kcal; Białko ogółem: 14.57 g; Tłuszcz: 5.18 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 149.73 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 6.16 g; Sól: 0.19 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;	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: 1644.91 kcal; Białko ogółem: 48.24 g; Tłuszcz: 33.13 g; Kw. tł. nasy.: 8.09 g; Węglowodany ogółem: 301.41 g; W tym cukry: 98.24 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 4.85 g;	Wartość energetyczna: 1647.84 kcal; Białko ogółem: 55.68 g; Tłuszcz: 34.94 g; Kw. tł. nasy.: 8.84 g; Węglowodany ogółem: 292.34 g; W tym cukry: 81.75 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 3.79 g;	Wartość energetyczna: 2793.52 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 86.65 g; Kw. tł. nasy.: 40.36 g; Węglowodany ogółem: 419.46 g; W tym cukry: 147.59 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 7.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2025-01-08 środa	2025-01-09 czwartek	2025-01-10 piątek	2025-01-11 sobota	2025-01-12 niedziela	2025-01-13 poniedziałek	2025-01-14 wtorek
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 kiel.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 diecie 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 oprószone () 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Filet z indyka gotowany 50 g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Kalafior 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.)	
Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLU PSZ.)	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 rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diecie 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	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: 2615.12 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 81.57 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 378.35 g; W tym cukry: 123.58 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 6.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (GLUPSZ, SEZ, GLU OW.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa* 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Banan 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Platk ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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 (GLUPSZ.)	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 30 ml (GLUPSZ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy b/jaj 50 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 30 ml (GLUPSZ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g (JAJ.) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (JAJ.) Sos pomidorowy 30 ml (GLUPSZ.) Surowka z marchwi i selera z olejem () 100 g (SEL.) Cukinia pieczona 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ.)	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 (GLUPSZ, MLE.)
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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 (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (GLUPSZ, SOJ.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-10 piątek	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 (<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
		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, 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>)
	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>)	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
		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, MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko w sosie waniliowym 200 g (<u>MLE.</u>)	
	Kolejca	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 łopatki 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
		PN	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>)
	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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-11 sobota	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>)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Mięso warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym 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	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 (<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>)	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 30 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 30 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) 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 (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt		
	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>)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	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 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>)	Wafle tortowe 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</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: 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-12 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ,)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkii wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW,) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLU PSZ, SOJ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
		II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ,)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 10 g Podplomyki b/c 20 g (GLUPSZ, MLE,)
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ,)	Grysikowa () 350 ml (GLUPSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (GLUPSZ, JAJ,) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (GLU PSZ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLUPSZ, SEL,) 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE,)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ,)	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 (GLUPSZ, MLE,)	
	Kolejacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ,)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, SEL,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) 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 (GLUPSZ, SEL,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE,)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (GLUPSZ, SOJ,)	Suchary b/c 20 g (GLUPSZ, SOJ, MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-13 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, 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	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL., może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (SOJ.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (GLUPSZ, JAJ, PSZ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 120 g (GLUPSZ, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 50 g (GLUPSZ, PSZ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 120 g (GLUPSZ, PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Płatki semiczkki 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ.)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLUPSZ, JAJ.)	
	Kolejca	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEZC.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g
		PN	Wafle tortowe 30 g (GLUPSZ, SOJ.)	Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLUPSZ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 749.09 kcal; Białko ogółem: 12.79 g; Tłuszcz: 5.99 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 157.57 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 6.23 g; Sól: 0.18 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;	Wartość energetyczna: 1277.73 kcal; Białko ogółem: 65.40 g; Tłuszcz: 13.12 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 230.77 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 2.20 g;	Wartość energetyczna: 1158.39 kcal; Białko ogółem: 43.34 g; Tłuszcz: 27.21 g; Kw. tł. nasy.: 5.88 g; Węglowodany ogółem: 194.63 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 1745.61 kcal; Białko ogółem: 54.71 g; Tłuszcz: 32.93 g; Kw. tł. nasy.: 7.52 g; Węglowodany ogółem: 316.93 g; W tym cukry: 75.49 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 1757.35 kcal; Białko ogółem: 56.12 g; Tłuszcz: 33.73 g; Kw. tł. nasy.: 7.77 g; Węglowodany ogółem: 316.61 g; W tym cukry: 75.33 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-14 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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 (SEL, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ.) Mus z jabłek () z/c 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Wielowarzywna z zacierką *(bez mleka) 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez jaj) 50 g (GLUPSZ.) Sos ziołowy* 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń wieprzowa z szynki 90 g Sos ziołowy* 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka wykwiłtna z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ.)	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 (GLUPSZ, JAJ.)		
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt (GLUPSZ, SOJ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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 Suchary b/c 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g (GLUPSZ, SOJ.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g (GLUPSZ, SOJ.)	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: 1810.80 kcal; Białko ogółem: 52.73 g; Tłuszcz: 30.44 g; Kw. tł. nasy.: 8.49 g; Węglowodany ogółem: 338.41 g; W tym cukry: 98.35 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 1795.49 kcal; Białko ogółem: 48.57 g; Tłuszcz: 30.71 g; Kw. tł. nasy.: 8.45 g; Węglowodany ogółem: 336.11 g; W tym cukry: 96.93 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 3.41 g;	Wartość energetyczna: 2672.35 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 78.44 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 411.35 g; W tym cukry: 84.55 g; Błonnik pok.: 33.80 g; Sól: 7.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- DSK OZT 2 dzień	BIAŁ- DSK OZT 3 dzień	BIAŁ- DSK OZT 4 dzień	BIAŁ- DSK Papka mięsno-jarzynowa	BIAŁ- DSK Bezmleczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Hipoalergiczna papka/Rozdrobniona	BIAŁ- DSK Wysokoenergetyczna	
2025-01-15 środa	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>)	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 Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN	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	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Koktajl wielowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>) Wafle tortowe 25 g (<u>GLUPSZ, SOJ,</u>)
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>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>)	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL, GOR,</u>) Kasza kuskus/sypko 180 g (<u>GLUPSZ, może zawierać: RYB, MCK,</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos jarzynowy * 30 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 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	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 (<u>MLE,</u>)	
	Kolejacja	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 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLUPSZ, 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE,</u>) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 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>GLUPSZ, SOJ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) 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: 1857.70 kcal; Białko ogółem: 50.38 g; Tłuszcz: 28.25 g; Kw. tł. nasy.: 7.51 g; Węglowodany ogółem: 359.99 g; W tym cukry: 84.28 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 4.24 g;	Wartość energetyczna: 1710.74 kcal; Białko ogółem: 50.89 g; Tłuszcz: 28.43 g; Kw. tł. nasy.: 7.36 g; Węglowodany ogółem: 320.65 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 2735.48 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 72.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 416.27 g; W tym cukry: 142.85 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 7.49 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-16 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt (GLUPSZ, SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOŻ.) Salatka meksykańska z fasolą 150 g (JAJ, SEL, GOR.) MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 30 ml (GLUPSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy b/jaj 50 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 30 ml (GLUPSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLUPSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLUPSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ.)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLUPSZ.)	Chałka 50 g (GLUPSZ, JAJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU JĘCZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) 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
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	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 (GLUPSZ, SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLUPSZ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 707.61 kcal; Białko ogółem: 15.59 g; Tłuszcz: 6.10 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 148.48 g; W tym cukry: 39.22 g; Błonnik pok.: 5.11 g; Sól: 0.20 g;	Wartość energetyczna: 1200.20 kcal; Białko ogółem: 23.98 g; Tłuszcz: 10.05 g; Kw. tł. nasy.: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 260.01 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sól: 1.77 g;	Wartość energetyczna: 1277.73 kcal; Białko ogółem: 65.40 g; Tłuszcz: 13.12 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 230.77 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 2.20 g;	Wartość energetyczna: 1195.99 kcal; Białko ogółem: 44.84 g; Tłuszcz: 27.53 g; Kw. tł. nasy.: 5.67 g; Węglowodany ogółem: 201.94 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 0.47 g;	Wartość energetyczna: 1705.76 kcal; Białko ogółem: 48.09 g; Tłuszcz: 30.34 g; Kw. tł. nasy.: 7.60 g; Węglowodany ogółem: 315.64 g; W tym cukry: 74.51 g; Błonnik pok.: 19.55 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 1736.97 kcal; Białko ogółem: 53.79 g; Tłuszcz: 31.42 g; Kw. tł. nasy.: 8.21 g; Węglowodany ogółem: 315.57 g; W tym cukry: 74.96 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sól: 3.38 g;	Wartość energetyczna: 2840.99 kcal; Białko ogółem: 100.53 g; Tłuszcz: 95.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 405.17 g; W tym cukry: 82.56 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 7.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-17 piątek	Sniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszta schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE.) MiKS warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Podpłomyki b/c 20 g (GLUPSZ, MLE.)
	Obiad	Platki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (SEL, GLU JEĆZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (GLUPSZ, JAJ, JAJ.) Warzywa po grecku* 120 g (GLUPSZ, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (SEL, GLU JEĆZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy b/jaj 50 g (GLUPSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JEĆZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLUPSZ, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Chrupki kukurydziane 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl truskawkowy* 250 ml (MLE.) Biszkopty 30 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ.)
	Kolejca	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkii wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Powidła śliwkowe 50 g MiKS warzyw na diecie podstawową 40 g
		PN	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)
		Wartość energetyczna: 725.76 kcal; Białko ogółem: 15.39 g; Tłuszcz: 5.30 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 156.14 g; W tym cukry: 39.06 g; Błonnik pok.: 6.59 g; Sól: 0.20 g;	Wartość energetyczna: 1200.20 kcal; Białko ogółem: 23.98 g; Tłuszcz: 10.05 g; Kw. tł. nasy.: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 260.01 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sól: 1.77 g;	Wartość energetyczna: 1318.53 kcal; Białko ogółem: 66.08 g; Tłuszcz: 13.21 g; Kw. tł. nasy.: 3.14 g; Węglowodany ogółem: 238.84 g; W tym cukry: 20.84 g; Błonnik pok.: 16.68 g; Sól: 2.20 g;	Wartość energetyczna: 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;	Wartość energetyczna: 1605.22 kcal; Białko ogółem: 45.69 g; Tłuszcz: 33.28 g; Kw. tł. nasy.: 7.98 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; W tym cukry: 86.04 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-18 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,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
		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
	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	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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2025-01-19 niedziela	2025-01-19 niedziela	2025-01-19 niedziela	2025-01-19 niedziela	2025-01-19 niedziela	2025-01-19 niedziela	2025-01-19 niedziela
Sniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, 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	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Chleb żytni staropolski 112 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	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 (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree () 180 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 (GLUPSZ.)	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wodą* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 30 ml (GLUPSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wodą* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet schabowy 90 g (GLUPSZ, JAJ.) 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (GLUPSZ, SOJ.)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g		
Kolejacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (GLUPSZ.)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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 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 (GLUPSZ, JAJ, MLE, SOJ.)	
	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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-06 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet z indyka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
		II SN	Serek homo. naturalny 100 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Serek homo. naturalny 100 g (MLE.)	
Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos koperkowy* 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g (JAJ.) Sos koperkowy*(bez glutenu) 30 ml (MLE.) Dynia z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 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	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g		
	PD	Galaretko o smaku cytrynowym 200 g Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)		
Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek z ziołami 70 g (MLE.) 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 (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z ziołami 70 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z ziołami 35 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml			
PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g		
	Wartość energetyczna: 1898.20 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 45.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.47 g; Węglowodany ogółem: 272.37 g; W tym cukry: 62.89 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 3.18 g;	Wartość energetyczna: 1905.25 kcal; Białko ogółem: 68.36 g; Tłuszcz: 42.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; Węglowodany ogółem: 314.97 g; W tym cukry: 131.10 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sól: 2.14 g;	Wartość energetyczna: 2270.38 kcal; Białko ogółem: 74.93 g; Tłuszcz: 53.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 382.64 g; W tym cukry: 153.10 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2043.75 kcal; Białko ogółem: 72.82 g; Tłuszcz: 45.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; Węglowodany ogółem: 344.67 g; W tym cukry: 139.57 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 4.13 g;	Wartość energetyczna: 433.87 kcal; Białko ogółem: 9.02 g; Tłuszcz: 2.41 g; Kw. tł. nasy.: 0.38 g; Węglowodany ogółem: 99.20 g; W tym cukry: 29.30 g; Błonnik pok.: 10.73 g; Sól: 1.35 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-07 wtorek	Sniadanie	Chleb żytni staropolski 56 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)		
		II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Mandarynka 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Mandarynka 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy mielony (bez glutenu) 50 g (JAJ.) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ.)	Chrupki kukurydziane 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.)		
Kolejka	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) 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	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			
		Wartość energetyczna: 1962.89 kcal; Białko ogółem: 74.14 g; Tłuszcz: 57.50 g; Kw. tł. nasy.: 15.50 g; Węglowodany ogółem: 299.91 g; W tym cukry: 88.17 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 1655.36 kcal; Białko ogółem: 47.30 g; Tłuszcz: 42.62 g; Kw. tł. nasy.: 16.15 g; Węglowodany ogółem: 278.67 g; W tym cukry: 82.96 g; Błonnik pok.: 20.78 g; Sól: 1.72 g;	Wartość energetyczna: 2010.53 kcal; Białko ogółem: 63.95 g; Tłuszcz: 50.10 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 339.86 g; W tym cukry: 99.98 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 1943.92 kcal; Białko ogółem: 62.96 g; Tłuszcz: 50.07 g; Kw. tł. nasy.: 20.50 g; Węglowodany ogółem: 324.12 g; W tym cukry: 105.74 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 4.89 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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
2025-01-08 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	
	II SN	Twarożek na słodko 100 g (MLE.) Mus z truskawek* 60 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Twarożek na słodko 100 g (MLE.) Mus z truskawek* 60 g		
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g (JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu) 50 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)	
	Kolejka	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) 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 (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1820.09 kcal; Białko ogółem: 97.61 g; Tłuszcz: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; Węglowodany ogółem: 255.22 g; W tym cukry: 70.27 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 4.90 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-09 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>)		
2025-01-09 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	
2025-01-09 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 jabłko-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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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
2025-01-10 piątek	Sniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) 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 (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z brokuła* 20 g Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g (JAJ.) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g (MLE.)		
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek 70 g (MLE.) 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 (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)		
		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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-11 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(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 (MLE.)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)	
	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 (MLE.)		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ.) 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 (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g (JAJ.) Sos ziołowy* (bez glutenu) 30 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolejaja	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Wafle ryżowe 30 g		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		
	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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-12 niedziela	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(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 sałata 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 łopalki 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	Grycikowa () 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	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	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 tl.(60%) kubek 15 g Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałata 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-13 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) 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 (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)			
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (SEL.) Dyńia z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 120 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		
	PD	Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			
	Kolejca	Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 35 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)			
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g		
		Wartość energetyczna: 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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		
2025-01-14 wtorek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	II SN	Maślanka 200 ml (MLE.) Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g Wafle tortowe 25 g (GLU PSZ, SOJ.)		
	Obiad	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pieczeń wieprzowa z szynki 90 g Sos ziołowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 50 g (JAJ.) Sos ziołowy* (bez glutenu) 30 ml (SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt		
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomarańcza 150g Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.) Wafle ryżowe 30 g Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		
	Kolejnia	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, 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: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml			
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)			
	Wartość energetyczna: 2008.66 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.96 g; Węglowodany ogółem: 283.59 g; W tym cukry: 72.11 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 1853.06 kcal; Białko ogółem: 67.11 g; Tłuszcz: 43.67 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 302.95 g; W tym cukry: 71.37 g; Błonnik pok.: 18.46 g; Sól: 1.81 g;	Wartość energetyczna: 2141.48 kcal; Białko ogółem: 79.23 g; Tłuszcz: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 344.04 g; W tym cukry: 72.75 g; Błonnik pok.: 18.18 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 1934.42 kcal; Białko ogółem: 57.98 g; Tłuszcz: 40.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.71 g; Węglowodany ogółem: 340.25 g; W tym cukry: 84.99 g; Błonnik pok.: 18.51 g; Sól: 4.48 g;	Wartość energetyczna: 497.38 kcal; Białko ogółem: 9.87 g; Tłuszcz: 2.79 g; Kw. tł. nasy.: 0.61 g; Węglowodany ogółem: 112.09 g; W tym cukry: 53.22 g; Błonnik pok.: 8.74 g; Sól: 1.33 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-15 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diete podstawowa 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
		Koktajl wielooowocowy* 200 ml (MLE.)				
2025-01-15 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (MLE.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)
2025-01-15 środa	Kolejaja	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
		PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) 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 (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1999.13 kcal; Białko ogółem: 88.47 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 14.95 g; Węglowodany ogółem: 297.93 g; W tym cukry: 76.98 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 1903.40 kcal; Białko ogółem: 61.06 g; Tłuszcz: 47.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 317.45 g; W tym cukry: 84.57 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 2.04 g;	Wartość energetyczna: 2243.08 kcal; Białko ogółem: 97.66 g; Tłuszcz: 52.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 357.12 g; W tym cukry: 138.30 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 2009.03 kcal; Białko ogółem: 75.76 g; Tłuszcz: 43.44 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 343.42 g; W tym cukry: 120.09 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 409.26 kcal; Białko ogółem: 9.04 g; Tłuszcz: 9.23 g; Kw. tł. nasy.: 1.96 g; Węglowodany ogółem: 76.50 g; W tym cukry: 14.52 g; Błonnik pok.: 8.13 g; Sól: 1.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-16 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
		II SN	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.) Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 50 g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 30 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g		
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.)		
Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml			
PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)		Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.) Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)			
	Wartość energetyczna: 2080.06 kcal; Białko ogółem: 81.26 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 285.75 g; W tym cukry: 71.65 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 5.06 g;	Wartość energetyczna: 1676.01 kcal; Białko ogółem: 56.59 g; Tłuszcz: 46.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 263.35 g; W tym cukry: 75.13 g; Błonnik pok.: 16.98 g; Sól: 1.59 g;	Wartość energetyczna: 2140.02 kcal; Białko ogółem: 78.43 g; Tłuszcz: 58.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 342.90 g; W tym cukry: 106.67 g; Błonnik pok.: 14.45 g; Sól: 4.73 g;	Wartość energetyczna: 1998.97 kcal; Białko ogółem: 69.13 g; Tłuszcz: 52.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; Węglowodany ogółem: 330.45 g; W tym cukry: 93.31 g; Błonnik pok.: 15.27 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 404.25 kcal; Białko ogółem: 9.27 g; Tłuszcz: 2.65 g; Kw. tł. nasy.: 0.38 g; Węglowodany ogółem: 89.97 g; W tym cukry: 13.85 g; Błonnik pok.: 8.42 g; Sól: 1.81 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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
2025-01-17 piątek	Sniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytni staropolski 56 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj 70 g (JAJ, MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g (RYB) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g (JAJ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* 250 ml (MLE) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)		Koktajl truskawkowy* 250 ml (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 35 g (MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 35 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 35 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE) 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 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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		
2025-01-18 sobota	Sniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/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 (MLE.) Banan 1szt. 1 szt			
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 50 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		
	PD	Twarożek na słodko 100 g (MLE.)	Chrupki kukurydziane 20 g	Twarożek na słodko 100 g (MLE.) Mus z truskawek* 60 g			
	Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Rolada z łopatką wieprzowej 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE.)			
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)			
	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;	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;	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;	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;	Wartość energetyczna: 360.17 kcal; Białko ogółem: 8.00 g; Tłuszcz: 2.07 g; Kw. tł. nasy.: 0.32 g; Węglowodany ogółem: 81.10 g; W tym cukry: 13.98 g; Błonnik pok.: 7.46 g; Sól: 1.33 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-06 do dnia 2025-01-19 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	
2025-01-19 niedziela	Sniadanie	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
		II ŚN	Chleb żytni razowy 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Salata zielona 10 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.)	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
2025-01-19 niedziela	Obiad	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) 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 (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g (JAJ.) 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 (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.) 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
2025-01-19 niedziela	Kolacja	Chleb żytni razowy 64 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany z ziołami 70 g (MLE.) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 35 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 35 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
		PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	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,