

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-20 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 30 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 30 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 30 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g					
	II ŚN							
		Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Pierogi leniwe ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem ( ) 250 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Pierogi leniwe ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Pierogi leniwe ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos koperkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 100 g Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Pierogi leniwe ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Pierogi leniwe ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Galaretką o smaku truskawkowym 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 diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek z ziołami 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Twarożek z ziołami 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt					
PN	Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2323.30 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 337.50 g; W tym cukry: 125.89 g; Błonnik pok.: 18.83 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 1979.49 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz: 56.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 294.05 g; W tym cukry: 115.90 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 3.74 g;	Wartość energetyczna: 2643.46 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 384.71 g; W tym cukry: 126.84 g; Błonnik pok.: 19.82 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2369.47 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 78.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 323.34 g; W tym cukry: 94.83 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 5.08 g;	Wartość energetyczna: 2186.43 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 54.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 337.21 g; W tym cukry: 127.39 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 1966.74 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 30.47 g; Kw. tł. nasy.: 12.22 g; Węglowodany ogółem: 336.57 g; W tym cukry: 127.35 g; Błonnik pok.: 16.11 g; Sól: 2.56 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-21 wtorek	Sniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/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> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1 szt) 50 g Ketchup 15g saszelka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1 szt) 50 g Ketchup 15g saszelka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (2 szt) 100 g Ketchup 15g saszelka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Gruszka 1szt. 150 g	
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet wieprzowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) 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	
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )					Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <u>GLU PSZ</u> )	
PN	Kolejacja	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> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		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					
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2409.95 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 87.19 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 322.70 g; W tym cukry: 102.99 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 1999.02 kcal; Białko ogółem: 69.50 g; Tłuszcz: 66.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 289.76 g; W tym cukry: 101.28 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 4.79 g;	Wartość energetyczna: 2819.34 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 105.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.14 g; Węglowodany ogółem: 368.48 g; W tym cukry: 104.19 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2386.02 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 73.37 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 343.47 g; W tym cukry: 109.55 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2269.50 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 327.37 g; W tym cukry: 102.42 g; Błonnik pok.: 18.92 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 1928.84 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Tłuszcz: 39.18 g; Kw. tł. nasy.: 7.97 g; Węglowodany ogółem: 326.23 g; W tym cukry: 91.74 g; Błonnik pok.: 18.95 g; Sól: 5.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-22 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> ) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dod.t.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	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> ) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dod.t.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	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> ) 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 debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dod.t.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> )	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z truskawek* 60 g					Kisiel o smaku truskawkowym z/c z truskawkami 200 ml
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Kotlet mielony drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Buraczki po francusku z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki po francusku z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 220 g Kotlet mielony drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Buraczki po francusku z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Kotlet mielony drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Kaliafor gotowany* 100 g Buraczki po francusku z olejem ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki oprószone ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysiwka ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Buraczki oprószone ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko 1 szt 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> )
	Kolejca	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )					
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2226.09 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 77.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; W tym cukry: 105.83 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 1763.96 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 53.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 249.45 g; W tym cukry: 104.94 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 2594.13 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 79.57 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 371.53 g; W tym cukry: 107.65 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2209.45 kcal; Białko ogółem: 101.76 g; Tłuszcz: 77.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 288.82 g; W tym cukry: 95.36 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 5.17 g;	Wartość energetyczna: 1921.05 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 53.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 281.25 g; W tym cukry: 102.22 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sól: 5.88 g;	Wartość energetyczna: 1553.19 kcal; Białko ogółem: 68.02 g; Tłuszcz: 17.79 g; Kw. tł. nasy.: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 297.81 g; W tym cukry: 111.12 g; Błonnik pok.: 19.21 g; Sól: 4.32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-23 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 z majonezem* (bez śmietany) 150 g ( <u>JAJ, 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 z majonezem* (bez śmietany) 100 g ( <u>JAJ, 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 z majonezem* (bez śmietany) 150 g ( <u>JAJ, 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 z majonezem* (bez śmietany) 150 g ( <u>JAJ, 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> ) Miksz 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> ) Miksz warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Mandarynka 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )					
2025-01-23 czwartek	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <u>JAJ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z marchwi i selera z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z marchwi i selera z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 220 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z marchwi i selera z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <u>JAJ</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem ( ) 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL, JAJ</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mienia) ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		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> )					
2025-01-23 czwartek	Kolacja	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 40 g ( <u>MLE</u> ) Miksz 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> ) Miksz 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> ) Miksz 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> ) Miksz 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> ) Miksz 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> ) Miksz warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE</u> )					
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: 2433.93 kcal; Białko ogółem: 74.90 g; Tłuszcz: 87.10 g; Kw. tł. nasy.: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 352.04 g; W tym cukry: 131.83 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2135.02 kcal; Białko ogółem: 70.33 g; Tłuszcz: 73.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 310.09 g; W tym cukry: 129.42 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 2673.45 kcal; Białko ogółem: 80.98 g; Tłuszcz: 91.23 g; Kw. tł. nasy.: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 397.85 g; W tym cukry: 132.11 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2535.07 kcal; Białko ogółem: 78.84 g; Tłuszcz: 94.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 357.35 g; W tym cukry: 133.47 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2129.90 kcal; Białko ogółem: 71.02 g; Tłuszcz: 69.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 315.96 g; W tym cukry: 123.97 g; Błonnik pok.: 19.40 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 1840.30 kcal; Białko ogółem: 72.04 g; Tłuszcz: 39.81 g; Kw. tł. nasy.: 10.37 g; Węglowodany ogółem: 309.38 g; W tym cukry: 115.79 g; Błonnik pok.: 16.06 g; Sól: 3.72 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-24 piątek	Sniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Pasta z białek z koperkiem 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
		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 ekspresowa owocowa Cateringowa 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 ekspresowa owocowa Cateringowa 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> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 ekspresowa owocowa Cateringowa 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 ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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: 2304.77 kcal; Białko ogółem: 81.04 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 337.17 g; W tym cukry: 109.68 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 1913.82 kcal; Białko ogółem: 66.84 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 291.84 g; W tym cukry: 105.00 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sól: 3.48 g;	Wartość energetyczna: 2591.34 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 393.96 g; W tym cukry: 111.43 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 2264.50 kcal; Białko ogółem: 91.42 g; Tłuszcz: 64.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 341.30 g; W tym cukry: 111.39 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 2135.38 kcal; Białko ogółem: 84.46 g; Tłuszcz: 61.18 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 322.82 g; W tym cukry: 103.64 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 1661.30 kcal; Białko ogółem: 73.84 g; Tłuszcz: 25.27 g; Kw. tł. nasy.: 8.25 g; Węglowodany ogółem: 296.10 g; W tym cukry: 100.03 g; Błonnik pok.: 18.06 g; Sól: 3.68 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-25 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml ( <b>SEL</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 128 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na 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 ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 30 g					
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 180 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLUPSZ, JECZ</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLUPSZ, JECZ</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 220 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLUPSZ, JECZ</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLUPSZ, JECZ</b> ) Marchew gotowana z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> ) Miks warzyw na 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	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> )						
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: 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa
Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ SOJ</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa debowa 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 ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ SOJ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa debowa 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 ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ SOJ</u> ) Chleb żytni razowy 32g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 60g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa debowa 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 ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 80g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa debowa 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 ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )				
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150g Surówka z kapusty białej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50g Sos koperkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150g Surówka z kapusty białej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150g Sos koperkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150g Sos koperkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Gruszka 1szt. 150g Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )			Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	
Kolejca	Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70g ( <u>MLE</u> ) Miks 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 ŻYT</u> ) Twarożek 70g ( <u>MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <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: 2184.97 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 73.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 283.87 g; W tym cukry: 80.75 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 1726.48 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz: 48.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 253.36 g; W tym cukry: 79.49 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 2438.57 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 76.76 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 330.26 g; W tym cukry: 81.48 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2171.01 kcal; Białko ogółem: 106.08 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 279.84 g; W tym cukry: 76.62 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 5.18 g;	Wartość energetyczna: 2144.74 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 72.19 g; Kw. tł. nasy.: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 248.58 g; W tym cukry: 65.45 g; Błonnik pok.: 16.82 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 1812.35 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 51.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.26 g; Węglowodany ogółem: 248.58 g; W tym cukry: 64.53 g; Błonnik pok.: 16.39 g; Sól: 4.78 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-27 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 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, 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	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 150 g				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Placki sermiczki pieczone 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 sermiczki pieczone 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 sermiczki pieczone 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	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	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	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <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: 2637.52 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 111.54 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 330.81 g; W tym cukry: 136.48 g; Błonnik pok.: 19.64 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 2037.58 kcal; Białko ogółem: 67.69 g; Tłuszcz: 72.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 286.19 g; W tym cukry: 122.08 g; Błonnik pok.: 17.27 g; Sól: 4.22 g;	Wartość energetyczna: 2927.97 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 116.37 g; Kw. tł. nasy.: 38.83 g; Węglowodany ogółem: 383.60 g; W tym cukry: 137.43 g; Błonnik pok.: 22.75 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2189.13 kcal; Białko ogółem: 81.24 g; Tłuszcz: 64.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 333.15 g; W tym cukry: 102.44 g; Błonnik pok.: 30.62 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-28 wtorek	Sniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> )	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) 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 pomarańczowym 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )				
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Kotlet drobiowy panierowany 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Kotlet drobiowy panierowany 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 220 g Kotlet drobiowy panierowany 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml Chalka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )				
	Kolacja	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie 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 ( <b>MLE</b> )				
		Wartość energetyczna: 640.92 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2437.45 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 75.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 352.24 g; W tym cukry: 78.04 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2048.69 kcal; Białko ogółem: 72.24 g; Tłuszcz: 57.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 308.91 g; W tym cukry: 74.30 g; Błonnik pok.: 20.86 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 2667.86 kcal; Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 77.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 398.12 g; W tym cukry: 78.22 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2356.32 kcal; Białko ogółem: 97.35 g; Tłuszcz: 63.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 351.72 g; W tym cukry: 88.12 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 2162.92 kcal; Białko ogółem: 91.96 g; Tłuszcz: 52.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; W tym cukry: 82.95 g; Błonnik pok.: 19.18 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 1925.86 kcal; Białko ogółem: 92.82 g; Tłuszcz: 29.54 g; Kw. tł. nasy.: 9.05 g; Węglowodany ogółem: 327.74 g; W tym cukry: 87.37 g; Błonnik pok.: 19.38 g; Sól: 4.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- Płynna	BIAŁ- DSK Podstawowa 7-13 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa 4-6 lat	BIAŁ- DSK Podstawowa >13 lat	BIAŁ- DSK Bogatobłonnikowa	BIAŁ- DSK Łatwo strawna	BIAŁ- DSK Niskotłuszczowa
Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml ( <b>SEL</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30g ( <b>RYB, SEL</b> ) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40g Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30g ( <b>RYB, SEL</b> ) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30g ( <b>RYB, SEL</b> ) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 30g		
Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GÓR</b> ) Kasza kuskus/sypko 180g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy* 30ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GÓR</b> ) Kasza kuskus/sypko 100g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 50g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy* 30ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GÓR</b> ) Kasza kuskus/sypko 220g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy* 30ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GÓR</b> ) Kasza kuskus/sypko 180g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy* 30ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100g Cukinia pieczona z olejem* 100g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza kuskus/sypko 180g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy* 30ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Pieczeń rzymska wieprzowa 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy* 30ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Gruszka 1szt. 150g Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )		Jabłko pieczone 1szt. 1szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )
Kolejacja	Bulion warzywny () 250 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 40g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 40g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 128g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 40g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Dżem 25g 1 szt		Dżem 25g 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) 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: 2475.87 kcal; Białko ogółem: 85.57 g; Tłuszcz: 74.39 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 376.67 g; W tym cukry: 126.29 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2105.45 kcal; Białko ogółem: 69.80 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 334.77 g; W tym cukry: 124.12 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 5.29 g;	Wartość energetyczna: 2794.20 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 76.50 g; Kw. tł. nasy.: 36.06 g; Węglowodany ogółem: 440.51 g; W tym cukry: 127.61 g; Błonnik pok.: 32.24 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2496.52 kcal; Białko ogółem: 93.91 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 381.61 g; W tym cukry: 131.07 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2373.73 kcal; Białko ogółem: 89.80 g; Tłuszcz: 59.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 379.44 g; W tym cukry: 128.53 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sól: 5.18 g;	Wartość energetyczna: 2120.71 kcal; Białko ogółem: 82.22 g; Tłuszcz: 33.86 g; Kw. tł. nasy.: 11.72 g; Węglowodany ogółem: 386.40 g; W tym cukry: 134.99 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 4.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-30 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> ,) Chałka 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ,)		Chałka 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)		Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) Chałka 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ,)	Chałka 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</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</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</u> ,) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g 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</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</u> ,) Klopsik wieprzowy 80g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Sos pomidorowy 30ml ( <u>GLU PSZ</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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-31 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni staropolski 112 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody,biłka wp 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym z owocami 200 g ( <u>MLE</u> )	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <u>MLE</u> )			
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 pieczona 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 pieczona 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 pieczona 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 Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</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 pieczona (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	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )					
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: 2390.99 kcal; Białko ogółem: 79.89 g; Tłuszcz: 83.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 332.41 g; W tym cukry: 115.02 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 1975.72 kcal; Białko ogółem: 64.27 g; Tłuszcz: 63.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 287.36 g; W tym cukry: 107.16 g; Błonnik pok.: 18.85 g; Sól: 4.84 g;	Wartość energetyczna: 2635.53 kcal; Białko ogółem: 85.16 g; Tłuszcz: 85.62 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 383.95 g; W tym cukry: 112.41 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2385.65 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 74.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 346.42 g; W tym cukry: 117.77 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 2230.48 kcal; Białko ogółem: 81.46 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 345.59 g; W tym cukry: 125.78 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 1884.24 kcal; Białko ogółem: 79.71 g; Tłuszcz: 29.79 g; Kw. tł. nasy.: 8.84 g; Węglowodany ogółem: 330.06 g; W tym cukry: 116.83 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 3.80 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-02-01 sobota	Sniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1 szt) 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (1 szt) 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona (2 szt) 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt. 1 szt					
2025-02-01 sobota	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny ( ) 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 90 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Twarożek na słodko 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z truskawek* 60 g					
2025-02-01 sobota	Kolacja	Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z makaronu-dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z makaronu-dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z makaronu-dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )					
	Wartość energetyczna: 747.32 kcal; Białko ogółem: 12.39 g; Tłuszcz: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 163.12 g; W tym cukry: 117.99 g; Błonnik pok.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	Wartość energetyczna: 2721.90 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 91.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 387.21 g; W tym cukry: 150.01 g; Błonnik pok.: 33.37 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2352.64 kcal; Białko ogółem: 87.21 g; Tłuszcz: 75.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 341.81 g; W tym cukry: 146.23 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 3177.92 kcal; Białko ogółem: 113.22 g; Tłuszcz: 107.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 451.86 g; W tym cukry: 150.78 g; Błonnik pok.: 37.87 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2485.39 kcal; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 76.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 363.44 g; W tym cukry: 153.45 g; Błonnik pok.: 33.13 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2279.77 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 342.97 g; W tym cukry: 146.47 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 1880.23 kcal; Białko ogółem: 77.92 g; Tłuszcz: 32.57 g; Kw. tł. nasy.: 8.46 g; Węglowodany ogółem: 336.11 g; W tym cukry: 130.32 g; Błonnik pok.: 20.77 g; Sól: 4.58 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-02-02 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 (bez soli) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, 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 (bez soli) () 250 ml ( <u>GLU PSZ, 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 (bez soli) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, 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 (bez soli) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, 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 (bez soli) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, 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, 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	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
Kolejaja	Bulion warzywny () 250 ml ( <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: 2272.79 kcal; Białko ogółem: 80.66 g; Tłuszcz: 70.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 334.81 g; W tym cukry: 109.39 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 4.07 g;	Wartość energetyczna: 1889.96 kcal; Białko ogółem: 64.14 g; Tłuszcz: 52.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 296.76 g; W tym cukry: 106.33 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sól: 3.65 g;	Wartość energetyczna: 2553.15 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 391.02 g; W tym cukry: 110.57 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 2276.57 kcal; Białko ogółem: 85.48 g; Tłuszcz: 65.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g; W tym cukry: 111.14 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 2189.91 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 62.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 334.26 g; W tym cukry: 108.39 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sól: 4.49 g;	Wartość energetyczna: 1871.59 kcal; Białko ogółem: 78.42 g; Tłuszcz: 35.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.64 g; Węglowodany ogółem: 319.15 g; W tym cukry: 102.17 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 4.46 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-20 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miksz warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 20g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Filet z indyka gotowany (bez soli) 40g Miksz warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20g Sałata zielona 10g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20g		Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Koktajl wieloowocowy* b/c (na mleku roślinnym) 200 ml ( <u>SOJ.</u> )
2025-01-20 poniedziałek	Obiad	Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe () 300g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe () 300g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Kluski śląskie() 150g ( <u>JAJ.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez soli) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe () 300g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 100g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy*(bez mleka) 30 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Podplomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Galaretko o smaku truskawkowym 200g	Galaretko o smaku truskawkowym 200g Podplomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Galaretko o smaku truskawkowym 200g	Galaretko o smaku truskawkowym 200g Wafle ryżowe 30g	Galaretko o smaku truskawkowym b/cukru 200g Wafle ryżowe 30g	Galaretko o smaku truskawkowym 200g Wafle ryżowe 30g
2025-01-20 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z ziołami 70g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z ziołami 70g ( <u>MLE.</u> ) Miksz warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z ziołami 30g ( <u>MLE.</u> ) Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Rolada z łopatką wieprzowej (bez soli) 40g Miksz warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Twarożek z ziołami 70g ( <u>MLE.</u> ) Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Twarożek z ziołami 70g ( <u>MLE.</u> ) Miksz warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40g Miksz warzyw na 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			Chleb żytni razowy 32g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Twarożek z ziołami 20g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10g	Sok przecierowy Kubuś 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2055.50 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 53.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 309.88 g; W tym cukry: 97.58 g; Błonnik pok.: 13.27 g; Sól: 2.79 g;	Wartość energetyczna: 2045.07 kcal; Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz: 54.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 319.08 g; W tym cukry: 108.37 g; Błonnik pok.: 18.30 g; Sól: 3.77 g;	Wartość energetyczna: 1812.73 kcal; Białko ogółem: 53.71 g; Tłuszcz: 41.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 309.90 g; W tym cukry: 91.39 g; Błonnik pok.: 19.02 g; Sól: 2.74 g;	Wartość energetyczna: 2133.75 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 321.41 g; W tym cukry: 125.80 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 1545.14 kcal; Białko ogółem: 71.47 g; Tłuszcz: 29.75 g; Kw. tł. nasy.: 8.66 g; Węglowodany ogółem: 257.00 g; W tym cukry: 62.28 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 3.56 g;	Wartość energetyczna: 1925.53 kcal; Białko ogółem: 87.25 g; Tłuszcz: 55.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 280.15 g; W tym cukry: 38.66 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 4.25 g;	Wartość energetyczna: 1783.14 kcal; Białko ogółem: 69.20 g; Tłuszcz: 43.50 g; Kw. tł. nasy.: 11.50 g; Węglowodany ogółem: 288.47 g; W tym cukry: 75.61 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 5.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-21 wtorek	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 20 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</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	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem (bez soli) 30 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 40 g Miks warzyw na dietę 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 ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Gruszka 1szt. 150 g	Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Ogórek kiszony 50 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <u>SOJ.</u> ) Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	Solferino () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Dymia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron z warzywami* (pełnoziarnisty) 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez soli) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty (bez soli) 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bitka z szynki wieprzowej (bez soli) 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos koperkowy *(bez soli) 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () (bez soli) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dymia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dymia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Gruszka 1szt. 150 g Wafle ryżowe 30 g	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )
	Kolejka	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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% 15g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )					Chleb żytni razowy 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g ( <u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u> ) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2280.88 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 329.57 g; W tym cukry: 103.32 g; Błonnik pok.: 17.17 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2503.34 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 78.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 355.00 g; W tym cukry: 118.25 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 1894.88 kcal; Białko ogółem: 42.68 g; Tłuszcz: 44.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 338.79 g; W tym cukry: 94.93 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 3.71 g;	Wartość energetyczna: 2268.75 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 329.91 g; W tym cukry: 114.10 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sól: 2.78 g;	Wartość energetyczna: 1697.47 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 41.69 g; Kw. tł. nasy.: 7.55 g; Węglowodany ogółem: 256.36 g; W tym cukry: 50.77 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2089.41 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 65.03 g; Kw. tł. nasy.: 15.15 g; Węglowodany ogółem: 289.03 g; W tym cukry: 48.64 g; Błonnik pok.: 29.47 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 1955.47 kcal; Białko ogółem: 79.69 g; Tłuszcz: 51.61 g; Kw. tł. nasy.: 11.63 g; Węglowodany ogółem: 301.03 g; W tym cukry: 80.78 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 5.68 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-22 środa	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70g ( <b>MLE.</b> ) Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 20g Mięks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 20g Mięks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Serek homo. naturalny 70g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Ser żółty 50g ( <b>MLE.</b> ) Mięks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 40g Mięks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II SN	Twarożek na słodko 100g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c z truskawkami 200ml	Twarożek na słodko 100g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c z truskawkami 200ml	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 40g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c z truskawkami 200ml	
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 120g ( <b>GLU PSZ, PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Kotlety z brokuła* 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 120g ( <b>GLU PSZ, PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez soli) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone (bez soli) () 120g ( <b>GLU PSZ, PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100g Kalańfor gotowany* 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100g Kalańfor gotowany* 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100g Kalańfor gotowany* 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Kotlet mielony drobiowy 90g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Buraczki po francusku z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30g	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w ostionce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w ostionce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Mięks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w ostionce niejadalnej. 20g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Mięks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 40g Mięks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w ostionce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Mięks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w ostionce niejadalnej. 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Mięks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka wieprzowa gotowana 40g Mięks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w ost.niejad 20g Ogórek kiszony 50g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1925.15 kcal; Białko ogółem: 96.78 g; Tłuszcz: 54.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 278.49 g; W tym cukry: 100.34 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 2146.43 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; Tłuszcz: 63.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 292.88 g; W tym cukry: 112.93 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sól: 4.49 g;	Wartość energetyczna: 1719.63 kcal; Białko ogółem: 43.00 g; Tłuszcz: 51.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.60 g; Węglowodany ogółem: 289.71 g; W tym cukry: 104.09 g; Błonnik pok.: 19.87 g; Sól: 4.00 g;	Wartość energetyczna: 1945.73 kcal; Białko ogółem: 102.80 g; Tłuszcz: 55.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 276.13 g; W tym cukry: 101.97 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 2.96 g;	Wartość energetyczna: 1433.01 kcal; Białko ogółem: 75.67 g; Tłuszcz: 22.68 g; Kw. tł. nasy.: 5.72 g; Węglowodany ogółem: 240.73 g; W tym cukry: 62.47 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 1979.60 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 68.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 257.09 g; W tym cukry: 49.63 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 1991.38 kcal; Białko ogółem: 71.13 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 12.75 g; Węglowodany ogółem: 297.45 g; W tym cukry: 88.07 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 5.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogoblonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK z ogr.łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna	
2025-01-23 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, 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.) 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (może zawierać: MLE, GOR.) 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.) Suflet mięsno-jarzynowy (bez soli) 20g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40g (może zawierać: MLE, GOR.) Miks warzyw na dietę podstawową 40g 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.) Miks warzyw na dietę podstawową 40g 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 Salatka jarzynowa z majonezem* (bez śmietany) 150g (JAJ, SEL, GOR.) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1szt	Mandarynka 1szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Mandarynka 1szt Podpłomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)	Mandarynka 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
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 warzywno-ziemniaczane* 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
	Kolejca	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.)	Mandarynka 1szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Mandarynka 1szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml
PN		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) 1szt 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.) Salata zielona 10g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2146.66 kcal; Białko ogółem: 69.55 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 330.21 g; W tym cukry: 136.40 g; Błonnik pok.: 22.60 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2394.51 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 79.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 333.78 g; W tym cukry: 122.82 g; Błonnik pok.: 18.58 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 1749.27 kcal; Białko ogółem: 34.11 g; Tłuszcz: 47.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 302.99 g; W tym cukry: 93.51 g; Błonnik pok.: 19.08 g; Sól: 3.93 g;	Wartość energetyczna: 2092.92 kcal; Białko ogółem: 65.59 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 316.96 g; W tym cukry: 124.25 g; Błonnik pok.: 19.69 g; Sól: 2.55 g;	Wartość energetyczna: 1664.15 kcal; Białko ogółem: 69.21 g; Tłuszcz: 45.51 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 250.25 g; W tym cukry: 62.99 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2077.47 kcal; Białko ogółem: 89.00 g; Tłuszcz: 73.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.30 g; Węglowodany ogółem: 280.25 g; W tym cukry: 47.95 g; Błonnik pok.: 30.27 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2061.50 kcal; Białko ogółem: 63.42 g; Tłuszcz: 62.19 g; Kw. tł. nasy.: 12.95 g; Węglowodany ogółem: 326.14 g; W tym cukry: 94.85 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 6.91 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-24 piątek	Sniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g
		II SN	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE</b> ) Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z brokuła * 20 g Sałata zielona 10 g Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE</b> ) Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Pasta z brokuła * 20 g Sałata zielona 10 g
2025-01-24 piątek	Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 40 g ( <b>RYB</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) (bez soli) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez soli) 90 g ( <b>RYB</b> ) Brokuł gotowany (bez soli)* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 90 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g ( <b>MLE</b> )				Jabłko 1 szt 1 szt Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )
2025-01-24 piątek	Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Miks warzyw na diecie lekkostrawnej z sałatą lodową 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 60 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 50 g
		Wartość energetyczna: 2160.70 kcal; Białko ogółem: 81.53 g; Tłuszcz: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 327.74 g; W tym cukry: 107.37 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2183.54 kcal; Białko ogółem: 82.65 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 330.11 g; W tym cukry: 84.75 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 1735.65 kcal; Białko ogółem: 49.69 g; Tłuszcz: 43.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 297.30 g; W tym cukry: 97.57 g; Błonnik pok.: 19.02 g; Sól: 3.45 g;	Wartość energetyczna: 2085.45 kcal; Białko ogółem: 80.10 g; Tłuszcz: 57.92 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 322.05 g; W tym cukry: 103.25 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sól: 3.12 g;	Wartość energetyczna: 1323.69 kcal; Białko ogółem: 76.25 g; Tłuszcz: 27.69 g; Kw. tł. nasy.: 8.28 g; Węglowodany ogółem: 202.65 g; W tym cukry: 49.98 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 1825.68 kcal; Białko ogółem: 85.00 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 232.67 g; W tym cukry: 33.52 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 1745.14 kcal; Białko ogółem: 65.99 g; Tłuszcz: 53.98 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 255.58 g; W tym cukry: 78.66 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 3.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-25 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Ryż na mleku 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml Wafle ryżowe 30g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30g	Wafle ryżowe 30g	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 10g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> ) Wafle ryżowe 30g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Gulasz wieprzowy 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Gulasz wieprzowy 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy (bez soli) 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem (bez soli) () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 200 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 90g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy 150g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1szt Banan 1szt. 1szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1szt	Banan 1szt. 1szt Chrupki kukurydziane 20g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1szt	Jabłko 1 szt 1 szt Serek homo. naturalny 150g ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt Chrupki kukurydziane 20g
	Koleja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			Wafle ryżowe 30g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50g	Wafle ryżowe 30g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2269.91 kcal; Białko ogółem: 85.87 g; Tłuszcz: 71.90 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 336.89 g; W tym cukry: 118.86 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2600.39 kcal; Białko ogółem: 99.70 g; Tłuszcz: 77.67 g; Kw. tł. nasy.: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 394.61 g; W tym cukry: 134.68 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2117.18 kcal; Białko ogółem: 63.44 g; Tłuszcz: 56.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 353.59 g; W tym cukry: 99.31 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 4.08 g;	Wartość energetyczna: 2450.70 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 372.59 g; W tym cukry: 143.03 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 3.34 g;	Wartość energetyczna: 1652.66 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 43.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; Węglowodany ogółem: 232.89 g; W tym cukry: 42.86 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2158.20 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 295.48 g; W tym cukry: 58.39 g; Błonnik pok.: 27.73 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 1991.71 kcal; Białko ogółem: 73.84 g; Tłuszcz: 50.48 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; Węglowodany ogółem: 325.01 g; W tym cukry: 76.07 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 6.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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
Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 20 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatkii wieprzowej (bez soli) 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN	Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	
Obiad	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez soli) 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 200 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
PD	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Gruszka 1szt. 150 g	Mandarynka 1 szt		
Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2062.81 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 77.67 g; Kw. tł. nasy.: 33.33 g; Węglowodany ogółem: 246.09 g; W tym cukry: 59.74 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2625.78 kcal; Białko ogółem: 128.64 g; Tłuszcz: 90.57 g; Kw. tł. nasy.: 40.26 g; Węglowodany ogółem: 332.97 g; W tym cukry: 87.10 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 1648.84 kcal; Białko ogółem: 66.52 g; Tłuszcz: 46.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.77 g; Węglowodany ogółem: 249.09 g; W tym cukry: 52.51 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 2190.53 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 84.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.57 g; Węglowodany ogółem: 261.52 g; W tym cukry: 72.02 g; Błonnik pok.: 19.20 g; Sól: 3.00 g;	Wartość energetyczna: 1545.55 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 47.37 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; Węglowodany ogółem: 181.69 g; W tym cukry: 46.52 g; Błonnik pok.: 17.49 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 1947.14 kcal; Białko ogółem: 99.56 g; Tłuszcz: 66.57 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 270.79 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-27 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 70 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )
		II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z jabłkami () 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem (bez soli) 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 200 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			Wafle ryżowe 30 g		
	Kolejca	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z brokuła * 50 g Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z brokuła * 50 g Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, SEL, ŻYT.</b> ) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )				Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek kiszony 40 g	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )
		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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-28 wtorek	<b>Sniadanie</b>	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	<b>II SN</b>	Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Mus z jabłek () z/c 100 g	Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Maślanka 200 ml ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Budyń o smaku waniliowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> )	
	<b>Obiad</b>	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką *(bez mleka) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 40 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach (bez soli) 90 g Sos pietruszkowy (bez soli)* 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Buraczki gotowane (bez soli) () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką *(bez mleka) 200 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sałatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 90 g Sos pietruszkowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sałatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką *(bez mleka) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 90 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	<b>PD</b>	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Pomarańcza 150 g Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Pomarańcza 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Pomarańcza 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pomarańcza 150 g	Pomarańcza 150 g Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	
	<b>Kolacja</b>	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	<b>PN</b>	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2143.62 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; Tłuszcz: 53.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 328.95 g; W tym cukry: 84.90 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 5.31 g;	Wartość energetyczna: 2156.32 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 53.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 331.25 g; W tym cukry: 85.28 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 1653.89 kcal; Białko ogółem: 47.46 g; Tłuszcz: 40.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 282.83 g; W tym cukry: 64.85 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 2065.06 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz: 52.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 319.96 g; W tym cukry: 72.33 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 3.28 g;	Wartość energetyczna: 1465.44 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 34.43 g; Kw. tł. nasy.: 9.34 g; Węglowodany ogółem: 206.45 g; W tym cukry: 56.53 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sól: 4.68 g;	Wartość energetyczna: 1844.18 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 63.77 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; Węglowodany ogółem: 237.26 g; W tym cukry: 39.81 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 1890.92 kcal; Białko ogółem: 79.22 g; Tłuszcz: 42.20 g; Kw. tł. nasy.: 10.05 g; Węglowodany ogółem: 304.97 g; W tym cukry: 77.47 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sól: 5.00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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, GOR.) 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, GOR.) 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, GOR.) 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, GOR.) 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, GOR.) 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, GOR.) Ogórek kiszony 50g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20g Ogórek kiszony 50g
Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180g Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ.) 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.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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., MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez soli) 90g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* (bez soli) 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 90g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ.) 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, GOR.) Kasza kuskus/sypko 180g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ.) 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.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
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 b/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 osł.niejad 20g Salata zielona 20g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2333.85 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 358.46 g; W tym cukry: 113.73 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 2698.18 kcal; Białko ogółem: 109.45 g; Tłuszcz: 68.21 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 421.73 g; W tym cukry: 152.47 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 5.81 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: 2484.54 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 397.20 g; W tym cukry: 142.86 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 3.55 g;	Wartość energetyczna: 1532.60 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 31.95 g; Kw. tł. nasy.: 10.50 g; Węglowodany ogółem: 237.35 g; W tym cukry: 57.01 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 4.72 g;	Wartość energetyczna: 2186.46 kcal; Białko ogółem: 91.73 g; Tłuszcz: 64.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; Węglowodany ogółem: 322.57 g; W tym cukry: 69.24 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2130.10 kcal; Białko ogółem: 81.04 g; Tłuszcz: 47.02 g; Kw. tł. nasy.: 13.14 g; Węglowodany ogółem: 357.70 g; W tym cukry: 86.54 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 7.53 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kuroczka (bez soli) 50g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb żytni razowy 70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g
II SN	Chałka 50g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chałka 50g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chałka 50g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Chałka 50g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Podplomyki b/c 20g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 20g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Wafle tortowe 30g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 180g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Klopsik wieprzowy 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z warzywami*- dieta BM 300g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron (bez soli) 180g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Klopsik wieprzowy 80g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt Podplomyki b/c 20g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	
Kolejka	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kł M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną 20g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-31 piątek	<b>Śniadanie</b>	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 100 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 30 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj (bez soli) 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	<b>II ŚN</b>	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <b>MLE.</b> )	Melon 200 g	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g	Melon 200 g	
	<b>Obiad</b>	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza pieczona 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE.</b> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL, GLU JEJCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 40 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez soli) () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez soli) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* (bez soli) 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL, GLU JEJCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL, GLU JEJCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Eskalopka z dorsza pieczona 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE.</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	<b>PD</b>	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )			Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Pomarańcza 150 g	Pomarańcza 150 g	Chrupki kukurydziane 20 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	
	<b>Kolejca</b>	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25g 1 szt Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25g 1 szt Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	<b>PN</b>	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona.z dod.wody,białka wp 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 50 g	Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 1985.94 kcal; Białko ogółem: 71.79 g; Tłuszcz: 55.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 304.11 g; W tym cukry: 102.73 g; Błonnik pok.: 20.18 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 2533.30 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 80.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 366.88 g; W tym cukry: 142.82 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 6.00 g;	Wartość energetyczna: 1758.28 kcal; Białko ogółem: 49.64 g; Tłuszcz: 44.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 295.54 g; W tym cukry: 96.37 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sól: 3.38 g;	Wartość energetyczna: 2188.98 kcal; Białko ogółem: 81.33 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 335.09 g; W tym cukry: 116.28 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sól: 3.44 g;	Wartość energetyczna: 1547.81 kcal; Białko ogółem: 76.87 g; Tłuszcz: 34.94 g; Kw. tł. nasy.: 8.52 g; Węglowodany ogółem: 244.03 g; W tym cukry: 73.16 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 1886.25 kcal; Białko ogółem: 86.46 g; Tłuszcz: 65.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 252.32 g; W tym cukry: 48.87 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 1813.85 kcal; Białko ogółem: 57.35 g; Tłuszcz: 51.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.20 g; Węglowodany ogółem: 288.31 g; W tym cukry: 94.21 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 5.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-02-01 sobota	Sniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa homogenizowana, wędzona, parzona 50g Ketchup 15g szaszetka 1 szt Miksy warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 20g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 40g Miksy warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 50g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Baton szynkowy z kurcząt 40g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Szynka od Żduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40g Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 20g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety z brokuła* 400g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Buraczki gotowane () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 160g Potrawka drobiowa z warzywami (bez soli)* 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane (bez soli) () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 90g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100g Buraczki gotowane () 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180g Potrawka drobiowa z warzywami * 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Twarożek na słodko 100g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60g	Podplomyki b/c 20g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60g	Twarożek na słodko 100g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60g	Podplomyki b/c 20g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miksy warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatką wieprzowej (bez soli) 40g Miksy warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Sałata z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 64g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Sałata z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 130g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40g Miksy warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 32g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20g Pomidor 50g	Wafle ryżowe 30g	
		Wartość energetyczna: 2289.26 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 67.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 338.24 g; W tym cukry: 141.12 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2636.30 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 81.43 g; Kw. tł. nasy.: 39.47 g; Węglowodany ogółem: 380.65 g; W tym cukry: 161.01 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2310.81 kcal; Białko ogółem: 57.01 g; Tłuszcz: 95.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; Węglowodany ogółem: 320.70 g; W tym cukry: 114.69 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2298.51 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 336.95 g; W tym cukry: 147.06 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 1946.71 kcal; Białko ogółem: 83.00 g; Tłuszcz: 41.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.20 g; Węglowodany ogółem: 324.86 g; W tym cukry: 103.64 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2095.96 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 297.75 g; W tym cukry: 42.29 g; Błonnik pok.: 33.65 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2070.44 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 43.00 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; Węglowodany ogółem: 347.76 g; W tym cukry: 105.53 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 4.55 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- DSK Ubogoresztkowa/Ubogobłonnikowa	BIAL- DSK Bogatobiałkowa	BIAL- DSK Niskobiałkowa	BIAL- DSK Niskosodowa/Niskosolna	BIAL- DSK Ubogoenergetyczna	BIAL- DSK z ogr.łatwooprzyswajalnych węglowodanów	BIAL- DSK Bezmleczna
2025-02-02 niedziela	<b>Śniadanie</b>	<b>II ŚN</b>	<b>Obiad</b>	<b>PD</b>	<b>Kolejka</b>	<b>PN</b>	
	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GÓR.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Żduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
	Kalaflorowa z zacierką (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez soli)* 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 180 g Pulpet wieprzowy (bez soli) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny (bez soli) 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 200 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Wafle ryżowe 30 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )				Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2118.36 kcal; Białko ogółem: 72.67 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 326.99 g; W tym cukry: 109.38 g; Błonnik pok.: 18.49 g; Sól: 4.34 g;	Wartość energetyczna: 2483.50 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 78.22 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 351.46 g; W tym cukry: 86.29 g; Błonnik pok.: 23.15 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 1829.27 kcal; Białko ogółem: 50.69 g; Tłuszcz: 47.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 308.50 g; W tym cukry: 78.99 g; Błonnik pok.: 20.01 g; Sól: 3.90 g;	Wartość energetyczna: 2189.57 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 68.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.73 g; Węglowodany ogółem: 327.00 g; W tym cukry: 101.59 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 3.21 g;	Wartość energetyczna: 1549.34 kcal; Białko ogółem: 74.67 g; Tłuszcz: 30.50 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; Węglowodany ogółem: 253.40 g; W tym cukry: 60.43 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 1904.32 kcal; Białko ogółem: 90.46 g; Tłuszcz: 62.50 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 329.18 g; W tym cukry: 30.68 g; Błonnik pok.: 22.35 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 1930.79 kcal; Białko ogółem: 66.34 g; Tłuszcz: 42.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.14 g; Węglowodany ogółem: 329.18 g; W tym cukry: 117.68 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 4.83 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-20 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z fasoli* 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wr 35 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> )	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez ja) 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g Wafle ryżowe 30 g	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 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			
		Wartość energetyczna: 1844.69 kcal; Białko ogółem: 63.76 g; Tłuszcz: 45.42 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; Węglowodany ogółem: 309.34 g; W tym cukry: 107.28 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 3.80 g;	Wartość energetyczna: 2324.74 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 65.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 344.21 g; W tym cukry: 93.22 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 2.42 g;	Wartość energetyczna: 2365.41 kcal; Białko ogółem: 89.16 g; Tłuszcz: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 360.01 g; W tym cukry: 128.83 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sól: 3.14 g;	Wartość energetyczna: 638.99 kcal; Białko ogółem: 26.99 g; Tłuszcz: 5.66 g; Kw. tł. nasy.: 4.08 g; Węglowodany ogółem: 119.04 g; W tym cukry: 43.27 g; Błonnik pok.: 5.17 g; Sól: 0.32 g;	Wartość energetyczna: 1263.24 kcal; Białko ogółem: 26.09 g; Tłuszcz: 8.57 g; Kw. tł. nasy.: 1.13 g; Węglowodany ogółem: 282.33 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 17.80 g; Sól: 2.32 g;	Wartość energetyczna: 1545.28 kcal; Białko ogółem: 49.56 g; Tłuszcz: 25.67 g; Kw. tł. nasy.: 5.31 g; Węglowodany ogółem: 284.85 g; W tym cukry: 43.14 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 2.56 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-21 wtorek	<b>Śniadanie</b>	Chleb mieszanany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 35 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	<b>II SN</b>	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Gruszka 1szt. 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Gruszka 1szt. 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	<b>Obiad</b>	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dynia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy 180 g Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml ( <b>MLE.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 230 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	<b>PD</b>	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Kasza kukurydziana z musem jabłkowym 200 g ( <b>MLE.</b> )	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	<b>Kolejka</b>	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) 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 ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	<b>PN</b>	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2027.11 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 12.82 g; Węglowodany ogółem: 304.95 g; W tym cukry: 79.51 g; Błonnik pok.: 19.31 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 2085.93 kcal; Białko ogółem: 71.53 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 323.39 g; W tym cukry: 100.06 g; Błonnik pok.: 18.42 g; Sól: 1.66 g;	Wartość energetyczna: 2344.28 kcal; Białko ogółem: 74.01 g; Tłuszcz: 77.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 346.70 g; W tym cukry: 112.47 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 4.77 g;	Wartość energetyczna: 517.21 kcal; Białko ogółem: 8.15 g; Tłuszcz: 1.00 g; Kw. tł. nasy.: 0.20 g; Węglowodany ogółem: 121.22 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 5.87 g; Sól: 0.21 g;	Wartość energetyczna: 1329.67 kcal; Białko ogółem: 28.38 g; Tłuszcz: 9.23 g; Kw. tł. nasy.: 1.20 g; Węglowodany ogółem: 295.49 g; W tym cukry: 47.77 g; Błonnik pok.: 19.30 g; Sól: 2.33 g;	Wartość energetyczna: 1731.31 kcal; Białko ogółem: 65.67 g; Tłuszcz: 34.18 g; Kw. tł. nasy.: 5.42 g; Węglowodany ogółem: 296.36 g; W tym cukry: 42.99 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 4.42 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-22 środa	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkii wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c z truskawkami 200 ml	Twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z truskawek* 60 g		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mus z truskawek* 60 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Filet z indyka gotowany 80 g Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki po francusku z olejem ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml ( <u>SEL.</u> ) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Kotlety z brokuła* 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Ziemniaki gotowane puree ( ) 180 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na 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> ) Hummus 70 g ( <u>SEZ.</u> ) 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 ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w ostlonce niejadalnej. 35 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1710.15 kcal; Białko ogółem: 71.99 g; Tłuszcz: 43.53 g; Kw. tł. nasy.: 11.34 g; Węglowodany ogółem: 268.82 g; W tym cukry: 84.96 g; Błonnik pok.: 20.18 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2054.48 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 61.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; Węglowodany ogółem: 290.50 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 2.22 g;	Wartość energetyczna: 2237.26 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 82.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 300.42 g; W tym cukry: 105.24 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 4.92 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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						
2025-01-23 czwartek	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salatka jarzynowa z majonezem* (bez śmietany) 150 g ( <b>JAJ, SEL, GOR.</b> )	Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Salatka jarzynowa z majonezem* (bez śmietany) 150 g ( <b>JAJ, SEL, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 35 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g					
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Mandarynka 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml					
Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto wegetariańskie* 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Klopsik wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g						
	PD	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 Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml					
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt						
Wartość energetyczna: 1856.35 kcal; Białko ogółem: 64.19 g; Tłuszcz: 51.51 g; Kw. tł. nasy.: 11.21 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; W tym cukry: 93.63 g; Błonnik pok.: 19.73 g; Sól: 3.29 g;		Wartość energetyczna: 2261.08 kcal; Białko ogółem: 69.50 g; Tłuszcz: 78.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 327.98 g; W tym cukry: 115.60 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sól: 2.47 g;		Wartość energetyczna: 2314.87 kcal; Białko ogółem: 56.46 g; Tłuszcz: 87.51 g; Kw. tł. nasy.: 36.72 g; Węglowodany ogółem: 338.43 g; W tym cukry: 126.99 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 5.93 g;		Wartość energetyczna: 527.17 kcal; Białko ogółem: 8.80 g; Tłuszcz: 1.02 g; Kw. tł. nasy.: 0.24 g; Węglowodany ogółem: 122.41 g; W tym cukry: 41.20 g; Błonnik pok.: 5.20 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: 1650.68 kcal; Białko ogółem: 56.76 g; Tłuszcz: 31.26 g; Kw. tł. nasy.: 5.93 g; Węglowodany ogółem: 290.47 g; W tym cukry: 42.86 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 4.48 g;		Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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
2025-01-24 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 ekspresowa owocowa Cateringowa 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 ekspresowa owocowa Cateringowa 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: 2050.41 kcal; Białko ogółem: 73.88 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 308.57 g; W tym cukry: 109.12 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 2.97 g;	Wartość energetyczna: 2272.95 kcal; Białko ogółem: 82.84 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 336.25 g; W tym cukry: 103.38 g; Błonnik pok.: 23.04 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-25 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 70 g ( <b>SEZ.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml Wafle ryżowe 30 g	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pierogi z serem* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejka	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1892.88 kcal; Białko ogółem: 74.91 g; Tłuszcz: 47.98 g; Kw. tł. nasy.: 12.24 g; Węglowodany ogółem: 302.09 g; W tym cukry: 57.77 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 3.68 g;	Wartość energetyczna: 2199.17 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 68.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; W tym cukry: 87.22 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 1.49 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: 1344.88 kcal; Białko ogółem: 29.28 g; Tłuszcz: 9.39 g; Kw. tł. nasy.: 1.30 g; Węglowodany ogółem: 298.08 g; W tym cukry: 48.50 g; Błonnik pok.: 18.62 g; Sól: 2.34 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-26 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkii wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 35 g Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 35 g	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	
	Obiad	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g 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 ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt	Mandarynka 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 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: 2199.36 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 79.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 274.56 g; W tym cukry: 57.06 g; Błonnik pok.: 13.47 g; Sól: 2.39 g;	Wartość energetyczna: 1967.49 kcal; Białko ogółem: 92.93 g; Tłuszcz: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 278.98 g; W tym cukry: 73.51 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 3.51 g;	Wartość energetyczna: 535.22 kcal; Białko ogółem: 9.17 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.41 g; Węglowodany ogółem: 124.29 g; W tym cukry: 40.85 g; Błonnik pok.: 7.47 g; Sól: 0.64 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-27 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
PD	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dynia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy z serem białym 300 g ( <b>MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
PN	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet wegetariański () 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z mixem sałat 40 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt niejadalnej. 35 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1987.51 kcal; Białko ogółem: 74.08 g; Tłuszcz: 49.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.07 g; Węglowodany ogółem: 315.15 g; W tym cukry: 73.39 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 3.44 g;	Wartość energetyczna: 2275.99 kcal; Białko ogółem: 63.96 g; Tłuszcz: 48.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 402.53 g; W tym cukry: 144.08 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sól: 0.99 g;	Wartość energetyczna: 2417.56 kcal; Białko ogółem: 84.11 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 362.00 g; W tym cukry: 126.41 g; Błonnik pok.: 25.16 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: 1792.42 kcal; Białko ogółem: 57.19 g; Tłuszcz: 28.11 g; Kw. tł. nasy.: 4.85 g; Węglowodany ogółem: 332.93 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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
2025-01-28 wtorek	<p><b>Sniadanie</b></p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      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>Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<b>MLE</b>)                      Chleb bezglutenowy 75 g                      Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)                      Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<b>MLE</b>)                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml                      Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<b>MLE</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)                      Paszтет z soczewicy* 70 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Miks warzyw na dietę podstawową 40 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL, GLU JĘCZ.</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL</b>)                      Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL</b>)                      Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<b>może zawierać: MLE, GOR.</b>)                      Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p>
	<p><b>II SN</b></p> <p>Wafle tortowe 25 g (<b>GLU PSZ, SOJ.</b>)                      Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml</p>	<p>Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g                      Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g                      Wafle tortowe 25 g (<b>GLU PSZ, SOJ.</b>)</p>	<p>Kisiel o smaku truskawkowym 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 (<b>GLU PSZ, SOJ.</b>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 200 ml</p>
	<p><b>Obiad</b></p> <p>Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (<b>SEL</b>)                      Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g                      Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez jaj) 80 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Sos pietruszkowy (bez mleka)* 30 ml (<b>GLU PSZ</b>)                      Buraczki gotowane () 120 g                      Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Ryżowa () 350 ml (<b>MLE, SEL</b>)                      Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g                      Filet z kurczaka pieczony w ziołach 90 g                      Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 30 ml (<b>MLE</b>)                      Buraczki gotowane () 120 g                      Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzynna z zacierką () 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Pierogi z serem* 200 g (<b>GLU PSZ, MLE</b>)                      Sos jogurtowy naturalny 100 g (<b>MLE</b>)                      Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL</b>)                      Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL</b>)                      Marchew gotowana z olejem () 120 g                      Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<b>MLE</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL</b>)                      Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Marchew gotowana z olejem () 120 g                      Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p>
	<p><b>PD</b></p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                      Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml</p>	<p>Kasza jaglana z musem truskawkowym 200 g</p>	<p>Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml                      Chałka 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml                      Chrupki kukurydziane 20 g</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                      Wafle tortowe 25 g (<b>GLU PSZ, SOJ.</b>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 200 ml</p>
	<p><b>Kolejka</b></p> <p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g                      Schab gotowany 40 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 75 g                      Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)                      Szyunka wieprzowa gotowana 40 g                      Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)                      Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>)                      Miks warzyw na dietę podstawową 40 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL</b>)                      Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Szyunka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 35 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kleik ryżowy na wodzie 200 g</p>
	<p><b>PN</b></p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<b>MLE</b>)</p>	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                      Wafle tortowe 25 g (<b>GLU PSZ, SOJ.</b>)</p>	<p>Wafle tortowe 25 g (<b>GLU PSZ, SOJ.</b>)                      Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
	<p>Wartość energetyczna: 1786.93 kcal;                      Białko ogółem: 61.07 g; Tłuszcz: 35.89 g;                      Kw. tł. nasy.: 10.25 g; Węglowodany ogółem: 312.07 g; W tym cukry: 119.68 g;                      Błonnik pok.: 18.68 g; Sól: 3.70 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2241.10 kcal;                      Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 58.99 g;                      Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 344.26 g; W tym cukry: 70.91 g;                      Błonnik pok.: 19.62 g; Sól: 4.52 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2394.10 kcal;                      Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz: 68.13 g;                      Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 361.28 g; W tym cukry: 73.82 g;                      Błonnik pok.: 19.74 g; Sól: 3.50 g;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1767.93 kcal;                      Białko ogółem: 57.16 g; Tłuszcz: 24.26 g;                      Kw. tł. nasy.: 3.74 g; Węglowodany ogółem: 331.23 g; W tym cukry: 42.06 g;                      Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 5.80 g;</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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-29 środa	Śniadanie	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 35 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Mus z jabłek () z/c 100 g Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.</b> ) Kotlet z jaj 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g	Gruszka 1szt. 150 g Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c bezglutenowy 200 ml	Gruszka 1szt. 150 g Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 40 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 35 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2100.34 kcal; Białko ogółem: 76.51 g; Tłuszcz: 43.63 g; Kw. tł. nasy.: 12.57 g; Węglowodany ogółem: 360.86 g; W tym cukry: 86.89 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 4.22 g;	Wartość energetyczna: 2171.89 kcal; Białko ogółem: 65.44 g; Tłuszcz: 60.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; W tym cukry: 120.12 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 1.87 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: 1685.97 kcal; Białko ogółem: 60.04 g; Tłuszcz: 28.52 g; Kw. tł. nasy.: 5.42 g; Węglowodany ogółem: 303.99 g; W tym cukry: 28.69 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 336.38 kcal; Białko ogółem: 6.83 g; Tłuszcz: 0.69 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 76.94 g; W tym cukry: 0.20 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-30 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany 40 g Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SEZ, GLU OW.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 35 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 30 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Gulasz sojowy z warzywami * 230 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 120 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	
PD	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Wafle tortowe 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml	
Kolacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie lekkostrawną sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g	
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	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: 2021.76 kcal; Białko ogółem: 75.28 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 285.55 g; W tym cukry: 72.08 g; Błonnik pok.: 16.23 g; Sól: 1.53 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: 1346.65 kcal; Białko ogółem: 26.09 g; Tłuszcz: 9.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.13 g; Węglowodany ogółem: 298.07 g; W tym cukry: 47.80 g; Błonnik pok.: 18.86 g; Sól: 2.32 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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
2025-01-31 piątek	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Mięks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Mięks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona.z dod.wody,biaka wp 35 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Melon 200 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE</b> ) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL, GLU JEJCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 120 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PD	Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE</b> ) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <b>MLE</b> ) Pomarańcza 150 g	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <b>MLE</b> ) Biszkopty 30 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	Kolejca	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Mięks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt Serek a'la homogenizowany 40 g ( <b>MLE</b> ) Mięks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dod.at.wody w osł.niejad 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 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: 2310.06 kcal; Białko ogółem: 70.16 g; Tłuszcz: 61.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 374.73 g; W tym cukry: 154.95 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 2.66 g;	Wartość energetyczna: 2274.29 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Tłuszcz: 64.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 351.92 g; W tym cukry: 146.55 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 519.26 kcal; Białko ogółem: 9.28 g; Tłuszcz: 1.44 g; Kw. tł. nasy.: 0.33 g; Węglowodany ogółem: 119.54 g; W tym cukry: 39.49 g; Błonnik pok.: 5.64 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: 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-02-01 sobota	<b>Sniadanie</b>	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z ciecierzycy () 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 35 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	<b>II SN</b>	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml Banan 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Banan 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
2025-02-01 sobota	<b>Obiad</b>	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu)* 230 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Kotlety z brokuła* 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	<b>PD</b>	Chrupki kukurydziane 20 g	Twarożek na słodko 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60 g		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
2025-02-01 sobota	<b>Kolacja</b>	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 35 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
	<b>PN</b>	Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1965.39 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz: 39.90 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; Węglowodany ogółem: 334.24 g; W tym cukry: 113.44 g; Błonnik pok.: 19.81 g; Sól: 3.39 g;	Wartość energetyczna: 2362.08 kcal; Białko ogółem: 89.51 g; Tłuszcz: 64.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; W tym cukry: 142.06 g; Błonnik pok.: 22.36 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-02-02 niedziela	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Kawa z makiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 55 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Wafle ryżowe 30 g Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
2025-02-02 niedziela	Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny (bez glutenu) 30 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi z truskawkami* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Gruszka 1szt. 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Ziemniaki gotowane () 180 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Ryż z musem truskawkowym 200 g	Gruszka 1szt. 150 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Chrupki kukurydziane 15 g	Wafle ryżowe 30 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
2025-02-02 niedziela	Kolejacja	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 75 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę lekkostrawną 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na dietę podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 35 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 200 g
		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PN	Wartość energetyczna: 1801.27 kcal; Białko ogółem: 73.10 g; Tłuszcz: 42.62 g; Kw. tł. nasy.: 12.27 g; Węglowodany ogółem: 290.75 g; W tym cukry: 84.31 g; Błonnik pok.: 18.66 g; Sól: 3.74 g;	Wartość energetyczna: 2048.62 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 54.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 317.28 g; W tym cukry: 87.92 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sól: 2.02 g;	Wartość energetyczna: 2248.62 kcal; Białko ogółem: 65.85 g; Tłuszcz: 61.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 359.82 g; W tym cukry: 137.90 g; Błonnik pok.: 22.90 g; Sól: 2.68 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-20 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLUPSZ, SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLUPSZ,</u> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szyngowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z indyka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml ( <u>GLUPSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędliną wieprzowa wędzona, parzona z dod. wody, białka wp 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g
	II ŚN	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,</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g	
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLUPSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE,</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLUPSZ,</u> )	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Żrząk wieprzowy gotowany mielony 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ,</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <u>GLUPSZ,</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Żrząk wieprzowy gotowany mielony (bez jaj) 50 g ( <u>GLUPSZ,</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <u>GLUPSZ,</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Pierogi leniwe () 300 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ,</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLUPSZ, SOJ,</u> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLUPSZ, MLE,</u> )	
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLUPSZ, SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL,</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLUPSZ,</u> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLUPSZ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLUPSZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE,</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt
		Wartość energetyczna: 623.98 kcal; Białko ogółem: 12.79 g; Tłuszcz: 4.58 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 133.95 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 4.64 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: 1277.73 kcal; Białko ogółem: 65.40 g; Tłuszcz: 13.12 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 230.77 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 2.20 g;	Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 1916.99 kcal; Białko ogółem: 50.36 g; Tłuszcz: 31.42 g; Kw. tł. nasy.: 8.42 g; Węglowodany ogółem: 370.34 g; W tym cukry: 136.94 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 5.00 g;	Wartość energetyczna: 1939.61 kcal; Białko ogółem: 68.85 g; Tłuszcz: 37.46 g; Kw. tł. nasy.: 12.17 g; Węglowodany ogółem: 343.13 g; W tym cukry: 103.99 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2662.85 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 42.34 g; Węglowodany ogółem: 390.19 g; W tym cukry: 139.42 g; Błonnik pok.: 20.05 g; Sól: 4.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-21 wtorek	II SN	<p>Sniadanie</p> <p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<b>GLUPSZ, SEL.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<b>SEL.</b>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<b>GLUPSZ.</b>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<b>MLE.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<b>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</b>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)</p>
		<p>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g (<b>GLUPSZ, SOJ.</b>)</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g (<b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 150 g</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml (<b>SOJ.</b>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<b>MLE.</b>) Gruszka 1szt. 150 g</p>	
2025-01-21 wtorek	Obiad	<p>Platki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<b>SEL.</b>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<b>GLUPSZ, SEL.</b>) Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<b>MLE.</b>) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<b>SEL.</b>) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<b>GLUPSZ.</b>)</p>	<p>Solferino (bez mleka) () 350 ml (<b>GLUPSZ, SEL.</b>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g (<b>GLUPSZ, JAJ.</b>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<b>GLUPSZ.</b>) Dymia duszona z olejem* 120 g (<b>GLUPSZ.</b>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Solferino () 350 ml (<b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<b>GLUPSZ.</b>) Blika z szynki wieprzowej 90 g (<b>GLUPSZ.</b>) Sos koperkowy * 30 ml (<b>GLUPSZ, MLE.</b>) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą z olejem () 100 g Dymia duszona z olejem* 100 g (<b>GLUPSZ.</b>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)</p>
		<p>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g (<b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p>Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g (<b>GLUPSZ, SOJ.</b>)</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 150 g</p>	<p>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml</p>	<p>Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml (<b>GLUPSZ.</b>)</p>	<p>Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<b>GLUPSZ, MLE.</b>)</p>	
2025-01-21 wtorek	PN	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<b>GLUPSZ, SEL.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<b>SEL.</b>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<b>GLUPSZ.</b>)</p>	<p>Platki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL, GLU JECZ.</b>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Platki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL, GLU JECZ.</b>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>) Paszтет szefa z dodatkiem białka sojowego 70 g (<b>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</b>) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
		<p>Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Wafle tortowe 30 g (<b>GLUPSZ, SOJ.</b>) 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</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>Chaika 50 g (<b>GLUPSZ, JAJ.</b>)</p>
	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1779.25 kcal; Białko ogółem: 52.14 g; Tłuszcz: 33.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.37 g; Węglowodany ogółem: 326.38 g; W tym cukry: 103.24 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.56 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1759.17 kcal; Białko ogółem: 60.21 g; Tłuszcz: 35.86 g; Kw. tł. nasy.: 9.23 g; Węglowodany ogółem: 310.39 g; W tym cukry: 81.40 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 3.51 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2888.17 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Tłuszcz: 91.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.55 g; Węglowodany ogółem: 410.79 g; W tym cukry: 122.85 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 7.58 g;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-22 środa	<b>Sniadanie</b>	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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 ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )
	<b>II SN</b>	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Mus z truskawek* 60 g	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c z truskawkami 200 ml		Twarożek na słodko 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z truskawek* 60 g
	<b>Obiad</b>	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <u>MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone () 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Filet z indyka gotowany 50 g Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone () 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet mielony drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Kalaflor gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	<b>PD</b>	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u> )
	<b>Kolejacja</b>	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	<b>PN</b>	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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: 1589.68 kcal; Białko ogółem: 55.41 g; Tłuszcz: 30.30 g; Kw. tł. nasy.: 7.59 g; Węglowodany ogółem: 285.99 g; W tym cukry: 85.30 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 3.37 g;	Wartość energetyczna: 1674.56 kcal; Białko ogółem: 61.17 g; Tłuszcz: 32.56 g; Kw. tł. nasy.: 8.24 g; Węglowodany ogółem: 297.54 g; W tym cukry: 85.82 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2661.05 kcal; Białko ogółem: 110.94 g; Tłuszcz: 86.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 375.27 g; W tym cukry: 127.37 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 6.31 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-24 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 wanilinowym 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, 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, 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> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 2 szt MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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: 1605.54 kcal; Białko ogółem: 47.36 g; Tłuszcz: 32.13 g; Kw. tł. nasy.: 7.72 g; Węglowodany ogółem: 287.74 g; W tym cukry: 87.46 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 1677.70 kcal; Białko ogółem: 50.32 g; Tłuszcz: 28.69 g; Kw. tł. nasy.: 7.38 g; Węglowodany ogółem: 311.38 g; W tym cukry: 87.01 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2493.76 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz: 67.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 394.48 g; W tym cukry: 120.91 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 5.66 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2025-01-25 sobota	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
<p>Śniadanie</p> <p>II ŚN</p> <p>Obiad</p> <p>PD</p> <p>Kolacja</p> <p>PN</p>		<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>)</p> <p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Filet z indyka gotowany 40 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLUPSZ,</u>)</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g</p> <p>MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g</p> <p>Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE,</u>)</p>
		<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml</p> <p>Suchary b/c 25 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>)</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 200 g</p> <p>Wafle tortowe 25 g (<u>GLUPSZ, SOJ,</u>)</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 200 g</p> <p>Suchary b/c 25 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>)</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 150 g</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 200 g</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>	
		<p>Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL,</u>)</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>)</p> <p>Ziemniaki gotowane puree () 100 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 50 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL,</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g</p> <p>Filet z indyka gotowany 80 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 50 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLUPSZ,</u>)</p>	<p>Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL,</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g</p> <p>Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>)</p> <p>Sos ziołowy* 30 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>)</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 120 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g</p> <p>Pulpet wieprzowy (bez jaj) 50 g (<u>GLUPSZ,</u>)</p> <p>Sos ziołowy* 30 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>)</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 120 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>)</p> <p>Kasza gryczana 180 g</p> <p>Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLUPSZ,</u>)</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 100 g</p> <p>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>
		<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml</p> <p>Suchary b/c 25 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>)</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml</p> <p>Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>	<p>Mus z jabłek () b/c 150 g</p>	<p>Chrupki kukurydziane 20 g</p>	<p>Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p>		
		<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL,</u>)</p> <p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Filet z indyka gotowany 40 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml (<u>GLUPSZ,</u>)</p>	<p>Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL,</u>)</p> <p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL,</u>)</p> <p>Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g</p> <p>Filet z kurczaka gotowany 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
		<p>Suchary b/c 20 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Wafle tortowe 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ,</u>)</p>	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Suchary b/c 20 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>)</p>	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Wafle tortowe 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ,</u>)</p>	<p>Wafle tortowe 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ,</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>)</p>
		<p>Wartość energetyczna: 703.78 kcal;</p> <p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1252.71 kcal;</p> <p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1303.67 kcal;</p> <p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1123.39 kcal;</p> <p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1575.19 kcal;</p> <p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1627.51 kcal;</p> <p>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;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2735.06 kcal;</p> <p>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;</p>



Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-26 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU OW.</b> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
		II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
2025-01-26 niedziela	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surowka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Gruszka 1szt. 150 g Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> )	
2025-01-26 niedziela	Kolejca	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Suchary b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Mus z jabłek () b/c 200 g
		Wartość energetyczna: 703.78 kcal; Białko ogółem: 15.39 g; Tłuszcz: 6.06 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 147.55 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 4.64 g; Sól: 0.18 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;	Wartość energetyczna: 1268.84 kcal; Białko ogółem: 66.20 g; Tłuszcz: 12.20 g; Kw. tł. nasy.: 2.45 g; Węglowodany ogółem: 228.54 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 15.68 g; Sól: 2.18 g;	Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 1622.58 kcal; Białko ogółem: 44.34 g; Tłuszcz: 34.27 g; Kw. tł. nasy.: 7.40 g; Węglowodany ogółem: 297.50 g; W tym cukry: 81.75 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 4.54 g;	Wartość energetyczna: 1676.05 kcal; Białko ogółem: 48.04 g; Tłuszcz: 38.33 g; Kw. tł. nasy.: 8.44 g; Węglowodany ogółem: 298.51 g; W tym cukry: 82.80 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 3.55 g;	Wartość energetyczna: 2818.02 kcal; Białko ogółem: 126.50 g; Tłuszcz: 85.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.21 g; Węglowodany ogółem: 396.20 g; W tym cukry: 81.62 g; Błonnik pok.: 31.81 g; Sól: 8.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-27 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, PSZ</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLUPSZ, PSZ</b> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLUPSZ, PSZ</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL</b> ) Płatki semiczkki pieczone 300 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> )	
	Kolejca	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g
		PN	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLUPSZ, MLE</b> )
		Wartość energetyczna: 749.09 kcal; Białko ogółem: 12.79 g; Tłuszcz: 5.99 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 157.57 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 6.23 g; Sól: 0.18 g;	Wartość energetyczna: 1252.71 kcal; Białko ogółem: 22.20 g; Tłuszcz: 10.85 g; Kw. tł. nasy.: 1.88 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 1.76 g;	Wartość energetyczna: 1277.73 kcal; Białko ogółem: 65.40 g; Tłuszcz: 13.12 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 230.77 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 2.20 g;	Wartość energetyczna: 1158.39 kcal; Białko ogółem: 43.34 g; Tłuszcz: 27.21 g; Kw. tł. nasy.: 5.88 g; Węglowodany ogółem: 194.63 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 1745.61 kcal; Białko ogółem: 54.71 g; Tłuszcz: 32.93 g; Kw. tł. nasy.: 7.52 g; Węglowodany ogółem: 316.93 g; W tym cukry: 75.49 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 1757.35 kcal; Białko ogółem: 56.12 g; Tłuszcz: 33.73 g; Kw. tł. nasy.: 7.77 g; Węglowodany ogółem: 316.61 g; W tym cukry: 75.33 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 3.17 g;	Wartość energetyczna: 3020.78 kcal; Białko ogółem: 104.34 g; Tłuszcz: 115.60 g; Kw. tł. nasy.: 39.77 g; Węglowodany ogółem: 406.82 g; W tym cukry: 148.08 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 6.79 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-29 środa	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ,</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g 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 ( <b>SEL, GLU OW,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Koktajl wielowocowy* 200 ml ( <b>MLE,</b> ) Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> )
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE,</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ,</b> )	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez jaj) 50 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL, GOR,</b> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <b>GLUPSZ, może zawierać: RYB, MCK,</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE,</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Wafle ryżowe 30 g	Gruszka 1szt. 150 g Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE,</b> )
	Kolejca	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ,</b> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 70 g ( <b>MLE,</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Dżem 25 g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 696.58 kcal; Białko ogółem: 14.57 g; Tłuszcz: 5.18 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 149.73 g; W tym cukry: 38.79 g; Błonnik pok.: 6.16 g; Sól: 0.19 g;	Wartość energetyczna: 1200.20 kcal; Białko ogółem: 23.98 g; Tłuszcz: 10.05 g; Kw. tł. nasy.: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 260.01 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sól: 1.77 g;	Wartość energetyczna: 1205.13 kcal; Białko ogółem: 63.62 g; Tłuszcz: 12.52 g; Kw. tł. nasy.: 2.99 g; Węglowodany ogółem: 214.99 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 15.69 g; Sól: 2.19 g;	Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 1875.20 kcal; Białko ogółem: 51.78 g; Tłuszcz: 29.55 g; Kw. tł. nasy.: 8.44 g; Węglowodany ogółem: 359.99 g; W tym cukry: 84.28 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 1719.49 kcal; Białko ogółem: 51.51 g; Tłuszcz: 29.12 g; Kw. tł. nasy.: 8.11 g; Węglowodany ogółem: 320.61 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 3.50 g;	Wartość energetyczna: 2859.46 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 79.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 435.09 g; W tym cukry: 143.02 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 7.62 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-30 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna z ziarnami 60g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOŻ.</b> ) Salatka meksykańska z fasolą 150 g ( <b>JAJ, SEL, GOR.</b> ) MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )
		II SN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> )
2025-01-30 czwartek	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy b/jaj 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Chałka 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
2025-01-30 czwartek	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Suchary b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> )
		Wartość energetyczna: 707.61 kcal; Białko ogółem: 15.59 g; Tłuszcz: 6.10 g; Kw. tł. nasy.: 0.14 g; Węglowodany ogółem: 148.48 g; W tym cukry: 39.22 g; Błonnik pok.: 5.11 g; Sól: 0.20 g;	Wartość energetyczna: 1200.20 kcal; Białko ogółem: 23.98 g; Tłuszcz: 10.05 g; Kw. tł. nasy.: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 260.01 g; W tym cukry: 26.09 g; Błonnik pok.: 18.08 g; Sól: 1.77 g;	Wartość energetyczna: 1277.73 kcal; Białko ogółem: 65.40 g; Tłuszcz: 13.12 g; Kw. tł. nasy.: 3.06 g; Węglowodany ogółem: 230.77 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sól: 2.20 g;	Wartość energetyczna: 1195.99 kcal; Białko ogółem: 44.84 g; Tłuszcz: 27.53 g; Kw. tł. nasy.: 5.67 g; Węglowodany ogółem: 201.94 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 0.47 g;	Wartość energetyczna: 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-31 piątek	Sniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ., MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ., MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ., MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> )
	Obiad	Platki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL, GLU JEĆZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, JAJ.</b> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL, GLU JEĆZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy b/jaj 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Chrupki kukurydziane 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty 30 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ.</b> )	
	Kolejca	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa 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 ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Powidła śliwkowe 50 g Miks warzyw na diecie podstawową 40 g
	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 ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	
		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: 1599.38 kcal; Białko ogółem: 45.05 g; Tłuszcz: 32.81 g; Kw. tł. nasy.: 7.91 g; Węglowodany ogółem: 293.07 g; W tym cukry: 87.00 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 3.84 g;	Wartość energetyczna: 1585.24 kcal; Białko ogółem: 57.94 g; Tłuszcz: 36.27 g; Kw. tł. nasy.: 8.62 g; Węglowodany ogółem: 270.07 g; W tym cukry: 59.36 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 2696.47 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 31.42 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-02-01 sobota	Sniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g 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 ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c (bez mleka) 200 ml ( <b>SOJ.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik drobiowy z udźca (b/jaj) 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Mus z jabłek () b/c 150 g Mus z truskawek* 60 g	
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	MiKS mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g 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 ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 80g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</b> ) MiKS warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )
		PN	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> )
		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: 2882.86 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 93.51 g; Kw. tł. nasy.: 41.25 g; Węglowodany ogółem: 429.71 g; W tym cukry: 137.76 g; Błonnik pok.: 30.55 g; Sól: 7.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	2025-02-02 niedziela	2025-02-02 niedziela	2025-02-02 niedziela	2025-02-02 niedziela	2025-02-02 niedziela	2025-02-02 niedziela	2025-02-02 niedziela
Sniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ</b> ) Chleb żytni staropolski 112 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 200 g Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Wafle ryżowe 30 g
Obiad	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane puree () 180 g ( <b>MLE</b> ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane () 120 g Filet z indyka gotowany 80 g Marchew gotowana z olejem () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wodą* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wodą* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką (bez soli) () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet schabowy 90 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Fasolka szparagowa z wodą* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Suchary b/c 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml Wafle tortowe 25 g ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE</b> ) Gruszka 1szt. 150 g		
Kolejacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miks mięsno-jarzynowy () (DSK) 300 ml ( <b>GLUPSZ</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SOJ</b> )	
	Wartość energetyczna: 700.41 kcal; Białko ogółem: 14.77 g; Tłuszcz: 5.22 g; Kw. tł. nasy.: 0.21 g; Węglowodany ogółem: 150.66 g; W tym cukry: 39.22 g; Błonnik pok.: 6.63 g; Sól: 0.21 g;	Wartość energetyczna: 1305.97 kcal; Białko ogółem: 26.45 g; Tłuszcz: 10.24 g; Kw. tł. nasy.: 1.99 g; Węglowodany ogółem: 284.81 g; W tym cukry: 26.97 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 2.01 g;	Wartość energetyczna: 1261.64 kcal; Białko ogółem: 65.38 g; Tłuszcz: 11.32 g; Kw. tł. nasy.: 2.52 g; Węglowodany ogółem: 230.72 g; W tym cukry: 20.42 g; Błonnik pok.: 17.20 g; Sól: 2.19 g;	Wartość energetyczna: 1123.39 kcal; Białko ogółem: 43.06 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 186.16 g; W tym cukry: 6.32 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 0.46 g;	Wartość energetyczna: 1674.66 kcal; Białko ogółem: 46.54 g; Tłuszcz: 28.24 g; Kw. tł. nasy.: 7.71 g; Węglowodany ogółem: 321.40 g; W tym cukry: 120.58 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 3.72 g;	Wartość energetyczna: 1569.61 kcal; Białko ogółem: 52.17 g; Tłuszcz: 28.56 g; Kw. tł. nasy.: 7.85 g; Węglowodany ogółem: 286.77 g; W tym cukry: 76.67 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 3.10 g;	Wartość energetyczna: 2688.31 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 81.13 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 400.49 g; W tym cukry: 98.41 g; Błonnik pok.: 30.61 g; Sól: 5.94 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-20 poniedziałek	Śniadanie	Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 40 g ( <u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Filet z indyka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 20 g ( <u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Bulka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona z dod.wody,białka wp 20 g ( <u>SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	
	II ŚN	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Chrupki kukurydziane 20 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chrupki kukurydziane 20 g	
Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy mielony (bez glutenu) 50 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml ( <u>MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		Galaretka o smaku truskawkowym 200 g		
Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek z ziołami 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miks warzyw na diete podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z ziołami 70 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z ziołami 35 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml			
PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2027.98 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 293.13 g; W tym cukry: 88.26 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 1858.85 kcal; Białko ogółem: 69.93 g; Tłuszcz: 46.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 291.20 g; W tym cukry: 92.03 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 2.04 g;	Wartość energetyczna: 2141.12 kcal; Białko ogółem: 73.48 g; Tłuszcz: 51.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 357.57 g; W tym cukry: 94.84 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 1919.67 kcal; Białko ogółem: 73.06 g; Tłuszcz: 44.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 313.11 g; W tym cukry: 100.92 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 3.93 g;	Wartość energetyczna: 281.26 kcal; Białko ogółem: 6.61 g; Tłuszcz: 2.10 g; Kw. tł. nasy.: 0.33 g; Węglowodany ogółem: 61.73 g; W tym cukry: 14.14 g; Błonnik pok.: 5.84 g; Sól: 1.32 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-21 wtorek	Sniadanie	Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 20 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )		
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Gruszka 1szt. 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Solferino () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bilka z szynki wieprzowej 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml ( <b>MLE.</b> ) Dyńia z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g
	PD	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 200 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		
	Kolejka	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
PN	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Chalka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			
	Wartość energetyczna: 2109.83 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 61.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.01 g; Węglowodany ogółem: 304.70 g; W tym cukry: 84.36 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 1704.00 kcal; Białko ogółem: 49.13 g; Tłuszcz: 39.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 294.16 g; W tym cukry: 87.88 g; Błonnik pok.: 20.37 g; Sól: 1.73 g;	Wartość energetyczna: 2033.21 kcal; Białko ogółem: 65.64 g; Tłuszcz: 49.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; W tym cukry: 104.62 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 2048.25 kcal; Białko ogółem: 66.86 g; Tłuszcz: 50.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 342.15 g; W tym cukry: 105.39 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sól: 4.59 g;	Wartość energetyczna: 439.38 kcal; Białko ogółem: 10.04 g; Tłuszcz: 2.54 g; Kw. tł. nasy.: 0.41 g; Węglowodany ogółem: 99.91 g; W tym cukry: 28.80 g; Błonnik pok.: 10.99 g; Sól: 1.35 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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
2025-01-22 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatką wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	
	II SN	Twarożek na słodko 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c z truskawkami 200 ml	Twarożek na słodko 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z truskawek* 60 g		
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Kalaflor gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy z indyka (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biskvity 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.</b> )	
	Kolejka	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałata lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1903.01 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 49.52 g; Kw. tł. nasy.: 16.07 g; Węglowodany ogółem: 270.40 g; W tym cukry: 75.76 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 1854.76 kcal; Białko ogółem: 53.99 g; Tłuszcz: 51.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.89 g; Węglowodany ogółem: 302.41 g; W tym cukry: 94.46 g; Błonnik pok.: 21.08 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-23 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> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g 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, 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, 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> )	
		II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Mandarynka 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Mandarynka 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
2025-01-23 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> )	
		PD	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
2025-01-23 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 diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 35 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU 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		
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE.</u> )			
		Wartość energetyczna: 1973.91 kcal; Białko ogółem: 71.26 g; Tłuszcz: 58.93 g; Kw. tł. nasy.: 14.69 g; Węglowodany ogółem: 298.77 g; W tym cukry: 71.64 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 1748.18 kcal; Białko ogółem: 52.05 g; Tłuszcz: 43.50 g; Kw. tł. nasy.: 17.01 g; Węglowodany ogółem: 295.57 g; W tym cukry: 92.97 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 1.80 g;	Wartość energetyczna: 2118.72 kcal; Białko ogółem: 76.81 g; Tłuszcz: 51.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 349.60 g; W tym cukry: 146.07 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 1912.78 kcal; Białko ogółem: 60.27 g; Tłuszcz: 44.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 330.38 g; W tym cukry: 128.46 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 4.81 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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
2025-01-24 piątek	Sniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II SN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> ) Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z brokuła* 20 g Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> )	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g ( <b>MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g ( <b>MLE.</b> )		
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )		
		Wartość energetyczna: 1765.52 kcal; Białko ogółem: 80.65 g; Tłuszcz: 47.27 g; Kw. tł. nasy.: 15.12 g; Węglowodany ogółem: 266.98 g; W tym cukry: 56.51 g; Błonnik pok.: 24.85 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: 2089.72 kcal; Białko ogółem: 73.23 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 335.32 g; W tym cukry: 100.02 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 5.28 g;	Wartość energetyczna: 1909.50 kcal; Białko ogółem: 69.18 g; Tłuszcz: 48.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 317.10 g; W tym cukry: 106.09 g; Błonnik pok.: 22.48 g; Sól: 4.54 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-25 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Szynkowa żeberkowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa żeberkowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa żeberkowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c bezglutenowy 200 ml Wafle ryżowe 30 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos ziołowy* (bez glutenu) 30 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Banan 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Wafle ryżowe 30 g		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )		
	Wartość energetyczna: 2298.78 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 65.17 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 357.85 g; W tym cukry: 114.10 g; Błonnik pok.: 35.75 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 1962.97 kcal; Białko ogółem: 57.93 g; Tłuszcz: 45.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 339.42 g; W tym cukry: 115.18 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 1.68 g;	Wartość energetyczna: 2140.69 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 347.68 g; W tym cukry: 132.55 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 4.69 g;	Wartość energetyczna: 1984.16 kcal; Białko ogółem: 64.55 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 331.68 g; W tym cukry: 119.05 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 4.39 g;	Wartość energetyczna: 467.89 kcal; Białko ogółem: 15.13 g; Tłuszcz: 5.88 g; Kw. tł. nasy.: 0.57 g; Węglowodany ogółem: 94.65 g; W tym cukry: 14.27 g; Błonnik pok.: 12.18 g; Sól: 1.34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-26 niedziela	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopalki wieprzowej 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodad.wody w osł.niejad 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
		II ŚN	Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c bezglutenowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml
2025-01-26 niedziela	Obiad	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 30 ml ( <b>MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Mandarynka 1 szt	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	
2025-01-26 niedziela	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 35 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 35 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 35 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
		PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )
		Wartość energetyczna: 2031.32 kcal; Białko ogółem: 110.75 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 252.61 g; W tym cukry: 52.93 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sól: 5.25 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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		
2025-01-27 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )			
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml ( <b>SEL.</b> ) Dyńia z wody 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		
	PD	Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			
	Kolejca	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z mixem sałat 40 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 35 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )			
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g			
	Wartość energetyczna: 1981.30 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz: 53.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.30 g; Węglowodany ogółem: 310.47 g; W tym cukry: 81.40 g; Błonnik pok.: 31.29 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-28 wtorek	II SN	<p><b>Sniadanie</b></p> <p>Chleb żytni razowy 64 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g                      Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<b>MLE.</b>)                      Miks warzyw na diecie podstawową 40 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL.</b>)                      Chleb bezglutenowy 50 g                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Szynka wieprzowa gotowana 50 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<b>MLE, GLU, JECZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<b>może zawierać: MLE, GOR.</b>)                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL, GLU, JECZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<b>może zawierać: MLE, GOR.</b>)                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	
		<p>Maślanka 200 ml (<b>MLE.</b>)                      Wafle tortowe 25 g (<b>GLU PSZ, SOJ.</b>)</p>	<p>Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g                      Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)                      Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodac.wody w ost.niejad 20 g</p>	<p>Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g                      Wafle tortowe 25 g (<b>GLU PSZ, SOJ.</b>)</p>	
PD	Obiad	<p>Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g                      Filet z kurczaka pieczony w ziołach 90 g                      Sos pietruszkowy* 30 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Sałatka z pomidorów i szczypiorku z olejem 100 g                      Buraczki gotowane () 100 g                      Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Ryżowa () 350 ml (<b>MLE, SEL.</b>)                      Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g                      Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 50 g (<b>JAJ.</b>)                      Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 30 ml (<b>MLE.</b>)                      Buraczki gotowane () 120 g                      Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g                      Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Sos pietruszkowy* 30 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Buraczki gotowane () 120 g                      Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z zacierką () 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                      Banan 1szt. 1 szt</p>	
		<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml                      Chałka 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Maślanka truskawkowa 200 ml (<b>MLE.</b>)                      Wafle ryżowe 30 g                      Chałka 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml                      Chałka 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p>	
PN	Kolacja	<p>Chleb żytni razowy 64 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 15 g                      Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b>)                      Miks warzyw na diecie podstawową 40 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL.</b>)                      Chleb bezglutenowy 50 g                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Szynka wieprzowa gotowana 20 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                      Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b>)                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>		
		<p>Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<b>MLE.</b>)</p>		
		<p>Wartość energetyczna: 1938.42 kcal;                      Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 48.53 g;                      Kw. tł. nasy.: 14.41 g; Węglowodany ogółem: 286.01 g; W tym cukry: 69.74 g;                      Błonnik pok.: 20.42 g; Sól: 5.31 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1817.12 kcal;                      Białko ogółem: 65.24 g; Tłuszcz: 40.30 g;                      Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 303.45 g; W tym cukry: 71.33 g;                      Błonnik pok.: 18.38 g; Sól: 1.86 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2109.65 kcal;                      Białko ogółem: 77.87 g; Tłuszcz: 50.69 g;                      Kw. tł. nasy.: 24.20 g; Węglowodany ogółem: 343.95 g; W tym cukry: 72.70 g;                      Błonnik pok.: 18.09 g; Sól: 6.46 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1902.60 kcal;                      Białko ogółem: 56.62 g; Tłuszcz: 37.20 g;                      Kw. tł. nasy.: 15.65 g; Węglowodany ogółem: 340.16 g; W tym cukry: 84.95 g;                      Błonnik pok.: 18.42 g; Sól: 4.54 g;</p>	<p>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;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-29 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawowa 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
	II ŚN	Koktajl wielooowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )				
2025-01-29 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml ( <b>SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Maślanka 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	
2025-01-29 środa	Kolejka	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	PN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2123.11 kcal; Białko ogółem: 83.81 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 17.99 g; Węglowodany ogółem: 316.76 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 32.30 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 1927.46 kcal; Białko ogółem: 62.98 g; Tłuszcz: 49.50 g; Kw. tł. nasy.: 19.22 g; Węglowodany ogółem: 317.45 g; W tym cukry: 84.57 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 1.99 g;	Wartość energetyczna: 2260.58 kcal; Białko ogółem: 99.06 g; Tłuszcz: 53.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 357.12 g; W tym cukry: 138.30 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2026.53 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz: 44.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 343.42 g; W tym cukry: 120.09 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 4.67 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-30 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
	II SN	Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Chałka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g		
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		
Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml			
PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Wafle ryżowe 30 g	Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )			
	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: 1724.87 kcal; Białko ogółem: 58.11 g; Tłuszcz: 44.36 g; Kw. tł. nasy.: 17.80 g; Węglowodany ogółem: 277.30 g; W tym cukry: 72.53 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 1.55 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-01-31 piątek	Sniadanie	Platki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytni staropolski 56 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
		II ŚN	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c bez glutenu 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml
2025-01-31 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <b>MLE</b> ) Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</b> )	Koktajl truskawkowy* 250 ml ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
2025-01-31 piątek	Kolejca	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE</b> ) Miks warzyw na diecie podstawową 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 35 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 35 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek a'la homogenizowany 35 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 25g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> )	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2349.77 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 63.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 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: 1990.40 kcal; Białko ogółem: 63.79 g; Tłuszcz: 49.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 333.63 g; W tym cukry: 127.65 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 3.76 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 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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
2025-02-01 sobota	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>Chleb żytni razowy 64 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g                      Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>)                      Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml</p>	<p>Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL.</b>)                      Chleb bezglutenowy 60 g                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Schab gotowany 20 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 350 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL, GLU OW.</b>)                      Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>)                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	
	<p><b>II SN</b></p> <p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml                      Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c bezglutenowy 200 ml                      Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<b>MLE.</b>)                      Banan 1szt. 1 szt</p>		
<p><b>Obiad</b></p> <p>Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g                      Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Buraczki gotowane () 100 g                      Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g                      Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<b>MLE, SEL.</b>)                      Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g                      Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 50 g (<b>JAJ.</b>)                      Sos jarzynowy* (bez glutenu) 30 ml (<b>SEL.</b>)                      Buraczki gotowane () 120 g                      Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g                      Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Buraczki gotowane () 120 g                      Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>		<p>Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	
<p><b>PD</b></p> <p>Twarożek na słodko 100 g (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Twarożek na słodko 100 g (<b>MLE.</b>)                      Mus z truskawek* 60 g</p>				
<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni razowy 64 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g                      Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b>)                      Miks warzyw na diecie podstawową z sałatą lodową 40 g                      Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL.</b>)                      Chleb bezglutenowy 60 g                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Rolada z łopatkii wieprzowej 30 g                      Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<b>SEL.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b>)                      Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<b>MLE.</b>)</p>			
<p><b>PN</b></p> <p>Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Chrupki kukurydziane 20 g</p>	<p>Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<b>MLE.</b>)</p>			
	<p>Wartość energetyczna: 2166.79 kcal;                      Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 55.63 g;                      Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 337.89 g; W tym cukry: 107.85 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 5.26 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2092.02 kcal;                      Białko ogółem: 70.27 g; Tłuszcz: 49.42 g;                      Kw. tł. nasy.: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 350.56 g; W tym cukry: 138.32 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 1.98 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2370.61 kcal;                      Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz: 67.12 g;                      Kw. tł. nasy.: 33.00 g; Węglowodany ogółem: 356.68 g; W tym cukry: 159.20 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 5.22 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2145.53 kcal;                      Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 51.93 g;                      Kw. tł. nasy.: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 344.63 g; W tym cukry: 145.84 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sól: 4.80 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 360.17 kcal;                      Białko ogółem: 8.00 g; Tłuszcz: 2.07 g;                      Kw. tł. nasy.: 0.32 g; Węglowodany ogółem: 81.10 g; W tym cukry: 13.98 g;                      Błonnik pok.: 7.46 g; Sól: 1.33 g;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 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	
2025-02-02 niedziela	Sniadanie	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
		II ŚN	Chleb żytni razowy 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Obiad	Kalaflorowa z zacierką (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 90 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos własny (bez glutenu) 30 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet wieprzowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 30 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalaflorowa z zacierką (bez soli) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		
	PD	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c bezglutenowy 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
Kolejaja	Chleb żytni razowy 64 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Serek a la homogenizowany z ziołami 70 g ( <b>MLE.</b> ) Miks warzyw na diete podstawową 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 35 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 35 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml			
PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> )		Chrupki kukurydziane 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			
	Wartość energetyczna: 1937.54 kcal; Białko ogółem: 91.34 g; Tłuszcz: 57.01 g; Kw. tł. nasy.: 17.32 g; Węglowodany ogółem: 275.32 g; W tym cukry: 43.00 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 5.47 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: 1997.11 kcal; Białko ogółem: 69.80 g; Tłuszcz: 45.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 336.90 g; W tym cukry: 118.96 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sól: 3.46 g;	Wartość energetyczna: 1811.71 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz: 39.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.05 g; Węglowodany ogółem: 318.18 g; W tym cukry: 119.16 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 3.15 g;	Wartość energetyczna: 290.58 kcal; Białko ogółem: 7.41 g; Tłuszcz: 2.12 g; Kw. tł. nasy.: 0.36 g; Węglowodany ogółem: 62.46 g; W tym cukry: 14.80 g; Błonnik pok.: 5.24 g; Sól: 0.90 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,