

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-16 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA LUBLIN USD

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwo strawna	L-USD Cukrzykowa	L-USD Bogatobiałkowa	L-USD Wyskokokaloryczna	L-USD Bogatoresztkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Bezemleczna	L-USD Trzuskawkowa	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsojowa	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna	
Śniadania	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 80 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 80 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 80 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 80 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 80 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 80 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Margaryna o zawartości 3/4 t.(66%) kubek 10g Szynka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Margaryna o zawartości 3/4 t.(66%) kubek 10g Szynka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Margaryna o zawartości 3/4 t.(66%) kubek 10g Szynka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Margaryna o zawartości 3/4 t.(66%) kubek 10g Szynka Pastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 80 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 80 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 80 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 80 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)			Mus z truskawkę b/c* 100g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Sałata zielona 5g Pomidor 15g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ) Masło extra 82% 5g (MLE)	Koktajl truskawkowy* 250 ml (MLE)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)	Jabko pieczone 1 szt. 1 szt	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE)		
Obiad	Koperekowa z ziemniakami (1* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL)) Ryz na sypko 180g Kociłek niesypany z kurczakiem i fasolą 200g (SEL) Surówka z marchwi i jabłka (1) 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperekowa z ziemniakami (1* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL)) Ryz na sypko 180g Potrawka drobiowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka b/c (1) 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperekowa z ziemniakami (1* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL)) Ryz na sypko 180g Potrawka drobiowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka b/c (1) 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperekowa z ziemniakami (1* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL)) Ryz na sypko 220g Potrawka drobiowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (1) 100g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka (1) 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperekowa z ziemniakami (1* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL)) Ryz na sypko 220g Potrawka drobiowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (1) 100g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka (1) 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperekowa z ziemniakami (1* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL)) Ryz na sypko 180g Potrawka drobiowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperekowa z ziemniakami (bez glutenu) (1* 300 ml (MLE, SEL)) Ryz na sypko 180g Buraczki oprószone (1) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperekowa z ziemniakami (bez glutenu) (1* 300 ml (MLE, SEL)) Ryz na sypko 180g Buraczki oprószone (1) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperekowa z ziemniakami (bez mleka) (1) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryz na sypko 180g Potrawka drobiowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperekowa z ziemniakami (bez soli) (1) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko 180g Potrawka drobiowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperekowa z ziemniakami (1* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL)) Ryz na sypko 180g Potrawka drobiowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryz na sypko 180g Potrawka drobiowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (1) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		
	PD	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g	Mandarynka 150g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka krucha z pieca wędziona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 10g Sałata zielona 5g
Kuchnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70g Ketchup 20g (SEL) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70g Ketchup 20g (SEL) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70g Ketchup 20g (SEL) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70g Ketchup 20g (SEL) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70g Ketchup 20g (SEL) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 80g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 80g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Twaróg półtłusty 80g (MLE) Miod (25g) 1szt Sałata zielona 10g Pomidor b/śkórki 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Twaróg półtłusty 80g (MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Twaróg półtłusty 80g (MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Twaróg półtłusty 80g (MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Twaróg półtłusty 80g (MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Twaróg półtłusty 80g (MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Chrupki kukurydziane 20g			Chrupki kukurydziane 20g									
	Wartość energetyczna: 2121.56 kcal; Białko ogółem: 80.16 g; Tłuszcz: 56.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 324.84 g; W tym cukry: 78.40 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Soli: 7.91 g	Wartość energetyczna: 2067.66 kcal; Białko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz: 48.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 326.22 g; W tym cukry: 73.87 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Soli: 6.86 g	Wartość energetyczna: 2714.25 kcal; Białko ogółem: 124.98 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw. tł. nasy.: 39.30 g; Węglowodany ogółem: 397.09 g; W tym cukry: 71.17 g; Błonnik pok.: 40.71 g; Soli: 9.90 g	Wartość energetyczna: 2297.03 kcal; Białko ogółem: 97.37 g; Tłuszcz: 58.68 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 347.37 g; W tym cukry: 83.65 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Soli: 7.51 g	Wartość energetyczna: 2375.07 kcal; Białko ogółem: 95.18 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 352.54 g; W tym cukry: 78.85 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Soli: 7.85 g	Wartość energetyczna: 2001.04 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 51.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 302.53 g; W tym cukry: 51.13 g; Błonnik pok.: 33.05 g; Soli: 7.85 g	Wartość energetyczna: 2005.68 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 49.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.83 g; Węglowodany ogółem: 313.50 g; W tym cukry: 59.75 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Soli: 5.08 g	Wartość energetyczna: 1818.38 kcal; Białko ogółem: 83.14 g; Tłuszcz: 32.16 g; Kw. tł. nasy.: 6.62 g; Węglowodany ogółem: 313.50 g; W tym cukry: 59.75 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Soli: 6.23 g	Wartość energetyczna: 1827.45 kcal; Białko ogółem: 82.83 g; Tłuszcz: 26.17 g; Kw. tł. nasy.: 7.33 g; Węglowodany ogółem: 335.08 g; W tym cukry: 81.87 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Soli: 5.23 g	Wartość energetyczna: 2050.06 kcal; Białko ogółem: 98.47 g; Tłuszcz: 47.11 g; Kw. tł. nasy.: 20.17 g; Węglowodany ogółem: 328.33 g; W tym cukry: 74.57 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Soli: 6.76 g	Wartość energetyczna: 2129.70 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 48.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 329.22 g; W tym cukry: 76.43 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Soli: 3.75 g	Wartość energetyczna: 2182.87 kcal; Białko ogółem: 81.04 g; Tłuszcz: 60.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Soli: 5.73 g	Wartość energetyczna: 1695.82 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 44.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 251.33 g; W tym cukry: 39.02 g; Błonnik pok.: 22.90 g; Soli: 7.25 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-16 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA LUBLIN USD

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwa strawna	L-USD Cukrzykowa	L-USD Bogatobiałkowa	L-USD Wysokokaloryczna	L-USD Bogatoresztkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Bezmleczna	L-USD Trzuskawka	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsojowa	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna
Śniadanie	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Kiełbasa kminkowa Ojca Grzegorza- gruboziarobioniona, wędzona, parzona 80 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 10 g Rzodkiewka 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filiż zapiekanki drobiowej 80 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Kiełbasa kminkowa Ojca Grzegorza- gruboziarobioniona, wędzona, parzona 40 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Rzodkiewka 10 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filiż zapiekanki drobiowej 80 g (MLE) Masło extra 82% 15g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Filiż zapiekanki drobiowej 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Filiż zapiekanki drobiowej 80 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Filiż zapiekanki drobiowej 80 g (MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 10 g Pomidor 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Filiż zapiekanki drobiowej 80 g (MLE) Pomidor biskorki 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filiż zapiekanki drobiowej 80 g (MLE) Pomidor biskorki 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filiż zapiekanki drobiowej 80 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filiż zapiekanki drobiowej 80 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filiż zapiekanki drobiowej 80 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filiż zapiekanki drobiowej 80 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	I i S N	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Andruty 1 szt (GLU PSZ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Pomidor 15 g Salata zielona 5 g Masło extra 82% 5g (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Pomidor 15 g Masło extra 82% 5g (MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 15 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25g (SOJ)
Obiad	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Kiełbasa polska-drobiowej pieczonej 150 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 250 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 300 ml (MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez soli)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka (bez soli) 100 g Sos własny (bez soli) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez soli)* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka (bez soli) 100 g Sos własny (bez soli) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Kiełbasa polska-drobiowej pieczonej 150 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Mieso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	FD		Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Kefir 2% tl 200 ml (MLE) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka krusza z pieca wędzona, parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ) Pomidor 15 g Salata zielona 5 g										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo, naturalny 80 g (MLE) Szynka krusza z pieca wędzona, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ) Salata zielona 10 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 150 ml Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo, naturalny 80 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 150 ml Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Salata zielona 10 g Pomidor 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Serek homo z owocami 80 g (MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Serek homo z owocami 80 g (MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo, naturalny 80 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 150 ml Kawa z mlekiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)		
	FN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 15 g Ser żółty 20g (MLE)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)			Jabłko 1 szt 1 szt			Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)			Jabłko 1 szt 1 szt
	Wartość energetyczna: 2797.09 kcal; Białko ogółem: 106.84 g; Tłuszcz: 86.52 g; Kw. tl. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 405.31 g; W tym cukry: 97.26 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sol: 8.33 g	Wartość energetyczna: 2336.02 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 51.40 g; Kw. tl. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 370.32 g; W tym cukry: 97.20 g; Błonnik pok.: 33.02 g; Sol: 5.58 g	Wartość energetyczna: 2611.45 kcal; Białko ogółem: 130.17 g; Tłuszcz: 94.68 g; Kw. tl. nasy.: 37.67 g; Węglowodany ogółem: 352.15 g; W tym cukry: 46.10 g; Błonnik pok.: 33.02 g; Sol: 11.22 g	Wartość energetyczna: 2371.27 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kw. tl. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 393.61 g; W tym cukry: 99.12 g; Błonnik pok.: 20.04 g; Sol: 7.35 g	Wartość energetyczna: 2521.74 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Tłuszcz: 59.60 g; Kw. tl. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 393.61 g; W tym cukry: 99.12 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sol: 6.44 g	Wartość energetyczna: 2067.66 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 54.10 g; Kw. tl. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 296.28 g; W tym cukry: 49.21 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sol: 5.03 g	Wartość energetyczna: 2071.76 kcal; Białko ogółem: 79.98 g; Tłuszcz: 49.80 g; Kw. tl. nasy.: 17.23 g; Węglowodany ogółem: 330.25 g; W tym cukry: 101.61 g; Błonnik pok.: 23.15 g; Sol: 2.82 g	Wartość energetyczna: 1865.90 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; Tłuszcz: 36.44 g; Kw. tl. nasy.: 8.80 g; Węglowodany ogółem: 316.77 g; W tym cukry: 80.13 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sol: 6.61 g	Wartość energetyczna: 2110.88 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 32.73 g; Kw. tl. nasy.: 6.88 g; Węglowodany ogółem: 364.72 g; W tym cukry: 93.00 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sol: 5.38 g	Wartość energetyczna: 2356.50 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 53.51 g; Kw. tl. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 372.42 g; W tym cukry: 98.42 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sol: 5.58 g	Wartość energetyczna: 2286.29 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 54.22 g; Kw. tl. nasy.: 49.19 g; Kw. tl. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 369.04 g; W tym cukry: 95.91 g; Błonnik pok.: 19.69 g; Sol: 4.34 g	Wartość energetyczna: 2269.32 kcal; Białko ogółem: 86.22 g; Tłuszcz: 49.19 g; Kw. tl. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 373.06 g; W tym cukry: 95.96 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sol: 4.70 g	Wartość energetyczna: 1775.72 kcal; Białko ogółem: 94.38 g; Tłuszcz: 46.69 g; Kw. tl. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 314.44 g; W tym cukry: 31.44 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sol: 7.14 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-16 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA LUBLIN OS

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwo strawna	L-USD Cukrzykowa	L-USD Bogatobiałkowa	L-USD Wyskokaloryczna	L-USD Bogatoresztkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Bezemleczna	L-USD Trzuskiewka	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsolna	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna	
Śniadania	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Pastę z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (RYB, SEL.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pastę z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 60g (RYB, SEL.) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pastę z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 60g (RYB, SEL.) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 150 ml	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pastę z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 60g (RYB, SEL.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pastę z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 60g (RYB, SEL.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszemno-żytni 100 g (SEZ, MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pastę z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 60g (RYB, SEL.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszemno-żytni 100 g (SEZ, MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pastę z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 60g (RYB, SEL.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pastę z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 60g (RYB, SEL.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pastę z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 60g (RYB, SEL.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pastę z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 60g (RYB, SEL.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pastę z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 60g (RYB, SEL.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pastę z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 60g (RYB, SEL.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pastę z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 60g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
II SN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Sok pomidorowy 200 ml Chleb razowy pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Salata zielona 5g Pomidor 15g Twarożek 25g (MLE) Masło extra 82% 5g (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Salata zielona 5g Twarożek 25g (MLE) Masło extra 82% 5g (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Chrupki kukurydziane 20g			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)	
Obiad	Fasolowa z ziemniakami (I*) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Makaron 180g (GLUPSZ) Twarog półtłusty 100g (MLE) Mus z jabłek prażonych 100g (MLE) Sos jogurtowo-porczejkowy 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (I) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 180g (GLUPSZ) Twarog półtłusty 100g (MLE) Sos jogurtowo-porczejkowy 100g (MLE) Mus z jabłek prażonych 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (I) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180g (GLUPSZ) Twarog półtłusty 100g (MLE) Sos jogurtowo-porczejkowy 100g (MLE) Mus z jabłek prażonych 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (I) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 180g (GLUPSZ) Twarog półtłusty 200g (MLE) Sos jogurtowo-porczejkowy 150g (MLE) Mus z jabłek prażonych 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (I) 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 300g (GLUPSZ) Twarog półtłusty 200g (MLE) Sos jogurtowo-porczejkowy 150g (MLE) Mus z jabłek prażonych 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (I) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 180g (GLUPSZ) Twarog półtłusty 100g (MLE) Sos jogurtowo-porczejkowy 100g (MLE) Mus z jabłek prażonych 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) (I) 300 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 180g (GLUPSZ) Twarog półtłusty 100g (MLE) Sos jogurtowo-porczejkowy 100g (MLE) Mus z jabłek prażonych 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) (I) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Makaron 180g (GLUPSZ) Twarog półtłusty 100g (MLE) Sos mięsny warzywny (I) z mięsa wieprzowego 100g (GLUPSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem (I) 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) (I) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Makaron 180g (GLUPSZ) Twarog półtłusty 100g (MLE) Sos mięsny warzywny (I) z mięsa wieprzowego 100g (GLUPSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez soli) (I) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 180g (GLUPSZ) Twarog półtłusty 100g (MLE) Sos jogurtowo-porczejkowy 100g (MLE) Mus z jabłek prażonych 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez soli) (I) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron (bez soli) 200g (GLU, SEL.) Twarog półtłusty 100g (MLE) Sos jogurtowo-porczejkowy 100g (MLE) Mus z jabłek prażonych 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (I) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 250g (GLUPSZ) Twarog półtłusty 100g (MLE) Sos jogurtowo-porczejkowy 100g (MLE) Mus z jabłek prażonych 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (I) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 250g (GLUPSZ) Twarog półtłusty 100g (MLE) Sos jogurtowo-porczejkowy 100g (MLE) Mus z jabłek prażonych 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Makaron 180g (GLUPSZ) Twardy półtłusty 100g (MLE) Sos jogurtowo-porczejkowy 100g (MLE) Mus z jabłek prażonych 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml
PD			Pomarańcza 1 szt. 1 szt Chleb razowy pszemno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Ogórek kiszony 15g Salata zielona 5g Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka krucha z pieca wędzona, parzona 25g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.)											
Kataje	Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10g	Chleb razowy pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 100g (SEZ, MLE, GLU, JECZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Szynka drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (MLE, może zawierać: GOR.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (MLE, może zawierać: GOR.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszemno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10g	
PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.)		Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Chleb razowy pszemno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.)	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.)			Wafle ryżowe 30g			Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.)			Wafle ryżowe 30g	
	Wartość energetyczna: 2282.55 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 353.70 g; W tym cukry: 90.23 g; Błonnik pok.: 19.05 g; Sól: 6.31 g	Wartość energetyczna: 2167.78 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 50.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; W tym cukry: 95.90 g; Błonnik pok.: 17.43 g; Sól: 3.62 g	Wartość energetyczna: 2866.37 kcal; Białko ogółem: 119.09 g; Tłuszcz: 87.94 g; Kw. tł. nasy.: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 411.80 g; W tym cukry: 84.87 g; Błonnik pok.: 37.68 g; Sól: 12.51 g	Wartość energetyczna: 2216.89 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 403.64 g; W tym cukry: 103.66 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sól: 4.64 g	Wartość energetyczna: 2633.90 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 47.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 311.30 g; W tym cukry: 46.97 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 4.55 g	Wartość energetyczna: 1952.34 kcal; Białko ogółem: 82.74 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 305.23 g; W tym cukry: 90.04 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 6.34 g	Wartość energetyczna: 2139.13 kcal; Białko ogółem: 66.40 g; Tłuszcz: 43.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 345.10 g; W tym cukry: 45.58 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 1.68 g	Wartość energetyczna: 1749.44 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 35.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 365.02 g; W tym cukry: 84.73 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 4.25 g	Wartość energetyczna: 2145.59 kcal; Białko ogółem: 81.11 g; Tłuszcz: 30.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; W tym cukry: 104.24 g; Błonnik pok.: 19.35 g; Sól: 5.19 g	Wartość energetyczna: 2254.81 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz: 53.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 377.20 g; W tym cukry: 92.45 g; Błonnik pok.: 19.13 g; Sól: 3.82 g	Wartość energetyczna: 2327.81 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 377.20 g; W tym cukry: 92.45 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 4.86 g	Wartość energetyczna: 1719.12 kcal; Białko ogółem: 70.12 g; Tłuszcz: 42.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 268.28 g; W tym cukry: 44.18 g; Błonnik pok.: 15.63 g; Sól: 4.86 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-16 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA LUBLIN 5D

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwa strawna	L-USD Cukrzykowa	L-USD Bogatobiałkowa	L-USD Wysokokaloryczna	L-USD Bogatoręstkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Bezmleczna	L-USD Trzuskłowa	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsojowa	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboگونenergetyczna
Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 80g (<u>MLE</u>) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 80g (<u>MLE</u>) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 80g (<u>MLE</u>) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 80g (<u>MLE</u>) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 80g (<u>MLE</u>) Pomidor 80g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 80g (<u>MLE</u>) Pomidor 80g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 80g (<u>MLE</u>) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(66%) kubek 10g Szyńska Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 80g (<u>MLE</u>) Pomidor b/śrótki 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 80g (<u>MLE</u>) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 80g (<u>MLE</u>) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 80g (<u>MLE</u>) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 80g (<u>MLE</u>) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Biszkopt 30 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.</u>)											
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180g (<u>GLU, JECZ.</u>) Szyńska wierzpowa pieczona 120g Sos własny () 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180g (<u>GLU, JECZ.</u>) Szyńska wierzpowa gotowana 120g Sos własny () 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Buraczki gotowane () 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180g (<u>GLU, JECZ.</u>) Szyńska wierzpowa gotowana 120g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100g Buraczki gotowane () 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180g (<u>GLU, JECZ.</u>) Szyńska wierzpowa gotowana 120g Szyńska wierzpowa gotowana 120g Sos własny () 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Buraczki gotowane () 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 220g (<u>GLU, JECZ.</u>) Szyńska wierzpowa gotowana 120g Szyńska wierzpowa gotowana 120g Sos własny () 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Buraczki gotowane () 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 200g Szyńska wierzpowa gotowana 120g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Buraczki gotowane () 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) * 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 200g Kasza jęczmienna/sypko 180g (<u>GLU, JECZ.</u>) Szyńska wierzpowa gotowana 120g Sos własny () 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Buraczki gotowane () 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 200g Kasza jęczmienna/sypko 180g (<u>GLU, JECZ.</u>) Szyńska wierzpowa gotowana 120g Sos własny () 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Buraczki gotowane () 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 200g Kasza jęczmienna/sypko 180g (<u>GLU, JECZ.</u>) Szyńska wierzpowa gotowana 120g Sos własny () 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Buraczki gotowane () 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180g (<u>GLU, JECZ.</u>) Szyńska wierzpowa gotowana b/soli 120g Sos własny (bez soli) 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Buraczki gotowane (bez soli) 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180g (<u>GLU, JECZ.</u>) Szyńska wierzpowa gotowana b/soli 120g Sos własny (bez soli) 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Buraczki gotowane (bez soli) 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180g (<u>GLU, JECZ.</u>) Gulasz warzywny/dieta* 200g (<u>GLU, PSZ, SEL</u> .) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100g Buraczki gotowane (bez soli) 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kasza jęczmienna/sypko 180g (<u>GLU, JECZ.</u>) Szyńska wierzpowa gotowana 120g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100g Buraczki gotowane () 100g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	FD	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Szyńska Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewrzowego 25 g (<u>MLE</u>) <u>GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> Salata zielona 5g (<u>MLE</u>) Pomidor 15g											
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 50g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 50 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE</u>) Szyńska Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20g (<u>SOJ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 50 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>SEZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100g (<u>SEZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 50 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(66%) kubek 10g Szyńska Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (<u>SOJ</u>) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10g Pomidor b/śrótki 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10g Pomidor b/śrótki 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka () (bez soli) 50 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 50g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 50 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Banan 1szt. 1 szt											
PN	Banan 1szt. 1 szt												
	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt												
	Wartość energetyczna: 2180.24 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 47.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 344.75 g; W tym cukry: 101.54 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sol: 6.57 g	Wartość energetyczna: 2215.36 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 44.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 354.67 g; W tym cukry: 107.95 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sol: 5.34 g	Wartość energetyczna: 2628.12 kcal; Białko ogółem: 141.19 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 362.89 g; W tym cukry: 53.31 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sol: 11.92 g	Wartość energetyczna: 2326.86 kcal; Białko ogółem: 120.51 g; Tłuszcz: 49.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 361.03 g; W tym cukry: 98.42 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sol: 6.77 g	Wartość energetyczna: 2364.96 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 53.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 344.54 g; W tym cukry: 83.95 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sol: 7.93 g	Wartość energetyczna: 2288.18 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 47.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 321.88 g; W tym cukry: 107.12 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sol: 3.98 g	Wartość energetyczna: 2107.68 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 47.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 321.88 g; W tym cukry: 107.12 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sol: 3.98 g	Wartość energetyczna: 1983.83 kcal; Białko ogółem: 102.74 g; Tłuszcz: 33.47 g; Kw. tł. nasy.: 7.31 g; Węglowodany ogółem: 316.93 g; W tym cukry: 84.55 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sol: 9.16 g	Wartość energetyczna: 1812.79 kcal; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 20.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 320.22 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 19.78 g; Sol: 5.06 g	Wartość energetyczna: 2061.33 kcal; Białko ogółem: 114.62 g; Tłuszcz: 42.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 352.59 g; W tym cukry: 106.16 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sol: 3.89 g	Wartość energetyczna: 2236.49 kcal; Białko ogółem: 113.66 g; Tłuszcz: 49.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 392.90 g; W tym cukry: 117.50 g; Błonnik pok.: 28.77 g; Sol: 7.05 g	Wartość energetyczna: 2420.98 kcal; Białko ogółem: 83.74 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 392.90 g; W tym cukry: 117.50 g; Błonnik pok.: 28.77 g; Sol: 7.05 g	Wartość energetyczna: 1783.26 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 41.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 321.88 g; W tym cukry: 83.95 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sol: 5.96 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-16 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA LUBLIN 0SD

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwo strawna	L-USD Cukrzykowa	L-USD Bogatobiałkowa	L-USD Wysokokaloryczna	L-USD Bogatoresztkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Bezmleczna	L-USD Tłuszczowa	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsojowa	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna	
Śniadania	Kasza manna na mleku 250 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Dżem 25g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLUPSZ, MLE) Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Dżem 25g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40g (MLE) Ser żółty 30g (MLE) Ogórek kiszony 90g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Kasza jaglana na mleku 250 ml (GLU, PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Dżem 25g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Ogórek kiszony 90g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU, PSZ, MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, MLE, może zawierać: ORZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna o zawartości 3/4 tl (60%) kubek 10g Szytka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40g (SOJ) Dżem 25g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, MLE, może zawierać: ORZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna o zawartości 3/4 tl (60%) kubek 10g Szytka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40g (SOJ) Dżem 25g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, MLE, może zawierać: ORZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna o zawartości 3/4 tl (60%) kubek 10g Szytka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40g (SOJ) Dżem 25g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL) Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna o zawartości 3/4 tl (60%) kubek 10g Szytka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40g (SOJ) Dżem 25g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL) Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt, 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU, PSZ, MLE) Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Dżem 25g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU, PSZ, MLE) Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Dżem 25g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU, PSZ, MLE) Rogal maślany 50g, 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Dżem 25g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Dżem 25g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Pomidor 15g Sałata zielona 5g Filet zapiekany drobiowy 25g (MLE) Masło extra 82% 5g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Filet zapiekany drobiowy 25g (MLE) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 15g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Banan 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml					Banan 1szt. 1 szt		
Obiad	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (RYB) Ryba smażona (Morszczyk) 120 g (RYB) Sałata z kapusty czerwonej z olejem 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (RYB) Ryba smażona (Morszczyk) 120 g (RYB) Bułki jarzyn oprószone z olejem* 100 g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (RYB) Ryba smażona (Morszczyk) 120 g (RYB) Bułki jarzyn oprószone z olejem* 100 g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (RYB) Ryba smażona (Morszczyk) 120 g (RYB) Bułki jarzyn oprószone z olejem* 100 g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 250 g (RYB) Ryba smażona (Morszczyk) 120 g (RYB) Bułki jarzyn oprószone z olejem* 100 g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (RYB) Ryba smażona (Morszczyk) 120 g (RYB) Bułki jarzyn oprószone z olejem* 100 g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu)* 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (RYB) Ryba smażona (Morszczyk) 120 g (RYB) Bułki jarzyn oprószone z olejem* 100 g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* (bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (RYB) Ryba smażona (Morszczyk) 120 g (RYB) Bułki jarzyn oprószone z olejem* 100 g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Szpinakowa z zacierką* (bez soli) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (bez soli) 200 g (RYB) Ryba smażona (Morszczyk) 120 g (RYB) Bułki jarzyn oprószone z olejem (bez soli)* 150 g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (RYB) Ryba smażona (Morszczyk) 120 g (RYB) Bułki jarzyn oprószone z olejem (bez soli)* 150 g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (RYB) Ryba smażona (Morszczyk) 120 g (RYB) Bułki jarzyn oprószone z olejem (bez soli)* 150 g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaki gotowane (I) 200 g (RYB) Ryba smażona (Morszczyk) 120 g (RYB) Sałata z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
PD	Kefir 2% tl 200 ml (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Kiełbasa kłnkowa Ojca Grzegorza- gruboziarobionionna wędzona, parzona 25 g (może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, SOJ) Sałata zielona 5g Pomidor 15g													
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80 g (JAJ, MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80 g (JAJ, MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80 g (JAJ, MLE) Masło extra 82% 15g (MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, MLE, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, MLE, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Filet zapiekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor biskortki 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Filet zapiekany drobiowy 80g (MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta (bez soli) 80g (JAJ, MLE) Pomidor biskortki 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Filet zapiekany drobiowy 80g (MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta (bez soli) 80g (JAJ, MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Filet zapiekany drobiowy 80g (MLE) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta (bez soli) 80g (JAJ, MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE) Dżem 25g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.)	Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 20g (MLE) Sałata zielona 5g		Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.)	Wafle ryżowe 30g			Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.)				Wafle ryżowe 30g		
	Wartość energetyczna: 2370.42 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 67.40 g; Kw. tl. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 364.64 g; W tym cukry: 107.95 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sol: 5.07 g	Wartość energetyczna: 2214.13 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 57.07 g; Kw. tl. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 336.47 g; W tym cukry: 105.07 g; Błonnik pok.: 17.84 g; Sol: 4.45 g	Wartość energetyczna: 2655.09 kcal; Białko ogółem: 150.28 g; Tłuszcz: 83.29 g; Kw. tl. nasy.: 37.14 g; Węglowodany ogółem: 340.72 g; W tym cukry: 50.84 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sol: 13.06 g	Wartość energetyczna: 2261.43 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 62.45 g; Kw. tl. nasy.: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 327.29 g; W tym cukry: 82.71 g; Błonnik pok.: 19.69 g; Sol: 5.59 g	Wartość energetyczna: 2442.43 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 75.77 g; Kw. tl. nasy.: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 333.19 g; W tym cukry: 82.71 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sol: 8.31 g	Wartość energetyczna: 2226.15 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 57.56 g; Kw. tl. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 326.55 g; W tym cukry: 100.79 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sol: 5.93 g	Wartość energetyczna: 2170.04 kcal; Białko ogółem: 81.87 g; Tłuszcz: 60.29 g; Kw. tl. nasy.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 328.55 g; W tym cukry: 100.79 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sol: 2.66 g	Wartość energetyczna: 2004.88 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 39.58 g; Kw. tl. nasy.: 5.44 g; Węglowodany ogółem: 325.58 g; W tym cukry: 94.89 g; Błonnik pok.: 17.54 g; Sol: 4.70 g	Wartość energetyczna: 1934.88 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 49.64 g; Kw. tl. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 325.58 g; W tym cukry: 94.89 g; Błonnik pok.: 17.77 g; Sol: 5.23 g	Wartość energetyczna: 2175.41 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 49.64 g; Kw. tl. nasy.: 20.50 g; Węglowodany ogółem: 341.48 g; W tym cukry: 106.67 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sol: 2.97 g	Wartość energetyczna: 2142.20 kcal; Białko ogółem: 74.53 g; Tłuszcz: 56.84 g; Kw. tl. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 377.20 g; W tym cukry: 110.48 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sol: 4.30 g	Wartość energetyczna: 2368.81 kcal; Białko ogółem: 70.68 g; Tłuszcz: 58.75 g; Kw. tl. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 377.20 g; W tym cukry: 110.48 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sol: 4.30 g	Wartość energetyczna: 1871.19 kcal; Białko ogółem: 93.08 g; Tłuszcz: 46.64 g; Kw. tl. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 279.96 g; W tym cukry: 66.22 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sol: 5.05 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-16 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA LUBLIN 50

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwo strawna	L-USD Cukrzykowa	L-USD Bogatobiałkowa	L-USD Wyskokaloryczna	L-USD Bogatoresztkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Bezmleczna	L-USD Tłuszczowa	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsojowa	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna	
Śniadanie	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Parówki drobiowe z cieleciną homogenizowane, wędzone, parzona 70g Ketchup 20g (SEL) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szyznka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m.l z pol. kawałków mięsa 80 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szyznka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m.l z pol. kawałków mięsa 80 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Parówki drobiowe z cieleciną homogenizowane, wędzone, parzona z dod. wody, b.m.l z pol. Ketchup 20g (SEL) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Szyznka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m.l z pol. kawałków mięsa 80 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szyznka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m.l z pol. kawałków mięsa 80 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 80g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, MLE, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Szyznka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m.l z pol. kawałków mięsa 80 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor b/kości 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szyznka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m.l z pol. kawałków mięsa 80 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor b/kości 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
II ŚNI	Sok pomarańczowy 200 ml	Sok pomarańczowy 200 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Sok pomidorowy 200 ml Jajko gotowane ki M 0,5 szt (JAJ) Sałata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Sałata zielona 5g Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane ki M 0,5 szt (JAJ)	Sok pomarańczowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomarańczowy 200 ml	Sok pomarańczowy 200 ml	Biszkopty 30g (GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)	Sok pomarańczowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	
Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka () 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100g (MLE) Marchew oproszona z olejem () 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka () 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 250g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka () 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100g (MLE) Marchew oproszona z olejem () 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka () 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL) Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka () 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez soli) () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka () 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez soli) () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka () 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka () 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka () 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaki gotowane () 200g Gulasz wieprzowy-dieta 200g (GLUPSZ) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
2026-01-24 sobota			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szyznka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m.l z pol. kawałków mięsa 25g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 15g Sałata zielona 5g Masło extra 82% 5g (MLE)											
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasztecik z soczewicy () 70g (GLUPSZ, JAJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szyznka krusza z pieca wieprzowa, parzona 80g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Makaron na mleku 200 ml (GLU, PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasztecik z soczewicy () 40g (GLUPSZ, JAJ) Szyznka krusza z pieca wieprzowa, parzona 40g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szyznka krusza z pieca wieprzowa, parzona 80g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Szyznka krusza z pieca wieprzowa, parzona 80g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szyznka krusza z pieca wieprzowa, parzona 80g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Pomidor 80g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100g (SEZ, MLE, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szyznka Piastowska-wp. wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 80g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Twarożek półtłusty 80 g (MLE) Miod (25g) 1 szt Pomidor b/kości 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Twarożek półtłusty 80 g (MLE) Miod (25g) 1 szt Pomidor b/kości 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szyznka krusza z pieca wieprzowa, parzona 80g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Pomidor b/kości 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Miesz. z szynki pieczone (bez soli) 80g (GLUPSZ, JAJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasztecik z soczewicy () 70g (GLUPSZ, JAJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szyznka krusza z pieca wieprzowa, parzona 80g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	
PN	Mandarynka 150g		Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 15g			Mandarynka 150g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Mandarynka 150g			
	Wartość energetyczna: 2449.86 kcal; Białko ogółem: 90.65 g; Tłuszcz: 71.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 350.59 g; W tym cukry: 90.94 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 7.21 g	Wartość energetyczna: 2189.15 kcal; Białko ogółem: 105.10 g; Tłuszcz: 61.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 323.65 g; W tym cukry: 87.46 g; Błonnik pok.: 22.17 g; Sól: 7.78 g	Wartość energetyczna: 2876.98 kcal; Białko ogółem: 133.99 g; Tłuszcz: 96.32 g; Kw. tł. nasy.: 41.76 g; Węglowodany ogółem: 332.67 g; W tym cukry: 56.58 g; Błonnik pok.: 77.45 g; Sól: 12.25 g	Wartość energetyczna: 2404.77 kcal; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.42 g; Węglowodany ogółem: 332.57 g; W tym cukry: 88.92 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 8.58 g	Wartość energetyczna: 2358.37 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 70.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 329.57 g; W tym cukry: 69.98 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sól: 10.40 g	Wartość energetyczna: 2063.75 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 59.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 302.53 g; W tym cukry: 61.33 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 4.12 g	Wartość energetyczna: 1931.52 kcal; Białko ogółem: 94.23 g; Tłuszcz: 44.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.16 g; Węglowodany ogółem: 304.30 g; W tym cukry: 69.98 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 6.22 g	Wartość energetyczna: 1972.74 kcal; Białko ogółem: 95.08 g; Tłuszcz: 36.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 325.93 g; W tym cukry: 70.29 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 7.91 g	Wartość energetyczna: 2183.05 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 62.39 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 326.93 g; W tym cukry: 82.94 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 7.91 g	Wartość energetyczna: 2222.32 kcal; Białko ogółem: 111.70 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 322.93 g; W tym cukry: 88.39 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 4.02 g	Wartość energetyczna: 2132.91 kcal; Białko ogółem: 70.37 g; Tłuszcz: 51.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 361.76 g; W tym cukry: 94.84 g; Błonnik pok.: 31.25 g; Sól: 5.58 g	Wartość energetyczna: 1711.08 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 322.93 g; W tym cukry: 88.39 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 9.07 g	Wartość energetyczna: 1711.08 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 322.93 g; W tym cukry: 88.39 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 9.07 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-16 do dnia 2026-01-25 KUCHNIA LUBLIN USD

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwa strawna	L-USD Cukrzykowa	L-USD Bogatobiałkowa	L-USD Wysokokaloryczna	L-USD Bogatoresztkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Bezemleczna	L-USD Trzuskiewka	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsojna	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna	
Sniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) (MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JEZC.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewrozowego 25 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Twarożek 40 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II SN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SOJ)	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewrozowego 25 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SOJ)	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewrozowego 25 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewrozowego 25 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewrozowego 25 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g	Maślanka 200 ml (MLE)	Jabłko 1 szt 1 szt	Maślanka 200 ml (MLE)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SOJ)	Maślanka 200 ml (MLE)	Maślanka 200 ml (MLE)	Maślanka 200 ml (MLE)
Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Cwiartka z kurczaka pieczona 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Cwiartka z kurczaka gotowana 150 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Cwiartka z kurczaka pieczona 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Cwiartka z kurczaka gotowana 150 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 250 g Cwiartka z kurczaka gotowana 150 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Cwiartka z kurczaka pieczona 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 300 ml (SEL) Ryż na sypko 200 g Cwiartka z kurczaka gotowana 150 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Cwiartka z kurczaka gotowana 150 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Gryskowa * 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Cwiartka z kurczaka gotowana 150 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Cwiartka z kurczaka gotowana 150 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez soli)* 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Cwiartka z kurczaka gotowana 150 g Kalafor gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Cwiartka z kurczaka gotowana 150 g Kalafor gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Cwiartka z kurczaka gotowana 150 g Kalafor gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Cwiartka z kurczaka gotowana 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Sałata zielona 5 g Pomidor 15 g Masło extra 82% 5 g (MLE)	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Sałata zielona 5 g Pomidor 15 g Masło extra 82% 5 g (MLE)	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Sałata zielona 5 g Pomidor 15 g Masło extra 82% 5 g (MLE)	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Sałata zielona 5 g Pomidor 15 g Masło extra 82% 5 g (MLE)	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Sałata zielona 5 g Pomidor 15 g Masło extra 82% 5 g (MLE)	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Sałata zielona 5 g Pomidor 15 g Masło extra 82% 5 g (MLE)	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Jabłko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek półtłusty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g
	Wartość energetyczna: 2622.93 kcal; Białko ogółem: 133.61 g; Tłuszcz: 98.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 309.43 g; W tym cukry: 45.01 g; Błonnik pok.: 17.02 g; Soli: 8.50 g	Wartość energetyczna: 2537.37 kcal; Białko ogółem: 129.97 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 337.52 g; W tym cukry: 61.27 g; Błonnik pok.: 17.10 g; Soli: 6.30 g	Wartość energetyczna: 2989.50 kcal; Białko ogółem: 158.35 g; Tłuszcz: 106.60 g; Kw. tł. nasy.: 42.13 g; Węglowodany ogółem: 360.89 g; W tym cukry: 56.36 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Soli: 10.57 g	Wartość energetyczna: 2517.37 kcal; Białko ogółem: 127.17 g; Tłuszcz: 77.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 336.12 g; W tym cukry: 60.07 g; Błonnik pok.: 18.60 g; Soli: 6.55 g	Wartość energetyczna: 2724.82 kcal; Białko ogółem: 131.61 g; Tłuszcz: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 360.15 g; W tym cukry: 62.40 g; Błonnik pok.: 19.41 g; Soli: 7.10 g	Wartość energetyczna: 2477.94 kcal; Białko ogółem: 132.96 g; Tłuszcz: 84.83 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 306.12 g; W tym cukry: 41.36 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Soli: 6.52 g	Wartość energetyczna: 2339.14 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 295.75 g; W tym cukry: 68.16 g; Błonnik pok.: 19.93 g; Soli: 4.25 g	Wartość energetyczna: 2144.54 kcal; Białko ogółem: 119.23 g; Tłuszcz: 46.25 g; Kw. tł. nasy.: 15.35 g; Węglowodany ogółem: 285.57 g; W tym cukry: 50.25 g; Błonnik pok.: 18.75 g; Soli: 6.51 g	Wartość energetyczna: 2094.35 kcal; Białko ogółem: 129.96 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 337.45 g; W tym cukry: 61.22 g; Błonnik pok.: 17.09 g; Soli: 6.29 g	Wartość energetyczna: 2537.04 kcal; Białko ogółem: 129.96 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 337.45 g; W tym cukry: 61.22 g; Błonnik pok.: 17.09 g; Soli: 6.29 g	Wartość energetyczna: 2510.09 kcal; Białko ogółem: 118.30 g; Tłuszcz: 80.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 335.92 g; W tym cukry: 58.65 g; Błonnik pok.: 18.60 g; Soli: 4.33 g	Wartość energetyczna: 2177.88 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 67.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 318.77 g; W tym cukry: 44.39 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Soli: 5.31 g	Wartość energetyczna: 1902.95 kcal; Białko ogółem: 115.46 g; Tłuszcz: 67.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 216.04 g; W tym cukry: 20.13 g; Błonnik pok.: 14.80 g; Soli: 6.78 g	

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółemwg 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,