

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 KUCHNIA LUBLIN USD

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwo strawna	L-USD Cukrzykowa	L-USD Bogobiałkowa	L-USD Wyskokokaloryczna	L-USD Bogatoresztkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Bezemleczna	L-USD Tłuszczowa	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsojowa	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna	
Śniadanie	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 Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wprawzonego 80 g (MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wprawzonego 80 g (MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g 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.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wprawzonego 80 g (MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wprawzonego 80 g (MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wprawzonego 80 g (MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wprawzonego 80 g (MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wprawzonego 80 g (MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Margaryna o zawartości 34 tl. (60%) kubek 10g Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 80g (SOJ, MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jęczmieniowym 250 ml (SEL, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wprawzonego 80 g (MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor b/śródkó 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wprawzonego 80 g (MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g 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) Sern 20% 60 g (MLE) 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) Sern 20% 60 g (MLE) 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) Sern 20% 60 g (MLE) 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) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wprawzonego 80 g (MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
II ŚN	Mandarynka 150 g			Mandarynka 150 g Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g (MLE) Masło extra 82% 5g (MLE)	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pomidor 15 g Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g (MLE)	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pomidor 15 g Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g (MLE)	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pomidor 15 g Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g (MLE)	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pomidor 15 g Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g (MLE)	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pomidor 15 g Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g (MLE)	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pomidor 15 g Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g (MLE)	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pomidor 15 g Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g (MLE)	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pomidor 15 g Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g (MLE)	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pomidor 15 g Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g (MLE)	Mandarynka 150 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Pomidor 15 g Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor 15 g Sałata zielona 5 g (MLE)
Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml (GLUPSZ, SEL, MLE) Pierogi z serem 250 g (GLU, PSZ, MLE) Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowo-porczejkowy 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Solferino (*) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Pierogi z serem 250 g (GLU, PSZ, MLE) Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowo-porczejkowy 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Solferino (*) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Pulpbet drobiowy 120 g (GLU, PSZ, JAJ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Fasolka szparagowa w wodzie 150 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami b/c 250 ml	Solferino (*) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 180 g Pulpbet drobiowy 130 g (GLU, PSZ, JAJ) Mus z jabłek prażonych 150 g Sos koperekowy 100 ml (GLU, PSZ, MLE) Sznik gotowany z olejem 100 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Solferino (*) 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Pierogi z serem 300 g (GLU, PSZ, MLE) Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowo-porczejkowy 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Solferino (*) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 180 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowo-porczejkowy 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) (*) 300 ml (GLU, SEL) Ryż na sypko 180 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowo-porczejkowy 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) (*) 300 ml (GLU, PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Pulpbet drobiowy 120 g (GLU, PSZ, JAJ) Sos koperekowy (bez mleka) 100 ml (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Solferino (bez soli) (*) 300 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 180 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowo-porczejkowy 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Solferino (bez soli) (*) 300 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Pierogi z serem (bez soli) 250 g (GLU, PSZ, MLE) Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowo-porczejkowy 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Solferino (bez soli) (*) 300 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Pierogi z serem (bez soli) 250 g (GLU, PSZ, MLE) Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowo-porczejkowy 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Solferino (*) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Pierogi z serem 250 g (GLU, PSZ, MLE) Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowo-porczejkowy 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Ryż na sypko 180 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowo-porczejkowy 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami b/c 250 ml	
FD	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Ogórek kiszony 15 g			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Ogórek kiszony 15 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Ogórek kiszony 15 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Ogórek kiszony 15 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Ogórek kiszony 15 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Ogórek kiszony 15 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Ogórek kiszony 15 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Ogórek kiszony 15 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Ogórek kiszony 15 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Ogórek kiszony 15 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Ogórek kiszony 15 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Ogórek kiszony 15 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-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 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z młkiem instant 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z młkiem 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 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z młkiem 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z młkiem 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z młkiem instant 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Pomidor 80 g Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kawa z młkiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor b/śródkó 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor b/śródkó 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Pomidor b/śródkó 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% 10g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z młkiem 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z młkiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)	
PN	Biszkopty 30 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)		Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Twardy półusty 25 g (MLE) Pomidor 15g	Biszkopty 30 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)	Wafle ryżowe 30 g			Biszkopty 30 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)			Wafle ryżowe 30 g			
	Wartość energetyczna: 2366.33 kcal; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw. tl. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 382.99 g; W tym cukry: 89.41 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 6.60 g	Wartość energetyczna: 2313.10 kcal; Białko ogółem: 93.18 g; Tłuszcz: 53.48 g; Kw. tl. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 375.49 g; W tym cukry: 94.17 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 4.76 g	Wartość energetyczna: 2790.56 kcal; Białko ogółem: 121.08 g; Tłuszcz: 86.87 g; Kw. tl. nasy.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 395.00 g; W tym cukry: 69.55 g; Błonnik pok.: 35.89 g; Sól: 12.07 g	Wartość energetyczna: 2448.10 kcal; Białko ogółem: 103.16 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tl. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 348.27 g; W tym cukry: 81.22 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 7.38 g	Wartość energetyczna: 2624.94 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tl. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 334.26 g; W tym cukry: 73.62 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sól: 5.63 g	Wartość energetyczna: 1997.69 kcal; Białko ogółem: 67.92 g; Tłuszcz: 47.39 g; Kw. tl. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 323.04 g; W tym cukry: 75.83 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.49 g	Wartość energetyczna: 1932.70 kcal; Białko ogółem: 49.43 g; Tłuszcz: 45.11 g; Kw. tl. nasy.: 9.27 g; Węglowodany ogółem: 314.56 g; W tym cukry: 51.45 g; Błonnik pok.: 21.25 g; Sól: 6.43 g	Wartość energetyczna: 1745.89 kcal; Białko ogółem: 81.06 g; Tłuszcz: 22.84 g; Kw. tl. nasy.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 349.30 g; W tym cukry: 94.43 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sól: 6.68 g	Wartość energetyczna: 2042.07 kcal; Białko ogółem: 73.95 g; Tłuszcz: 45.50 g; Kw. tl. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 371.26 g; W tym cukry: 90.81 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 6.68 g	Wartość energetyczna: 2305.33 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tl. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 371.26 g; W tym cukry: 90.81 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 3.73 g	Wartość energetyczna: 2385.94 kcal; Białko ogółem: 92.11 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tl. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 372.40 g; W tym cukry: 89.59 g; Błonnik pok.: 23.69 g; Sól: 6.08 g	Wartość energetyczna: 1567.57 kcal; Białko ogółem: 50.47 g; Tłuszcz: 38.63 g; Kw. tl. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 261.30 g; W tym cukry: 42.97 g; Błonnik pok.: 17.77 g; Sól: 5.20 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 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 Bezmięczna	L-USD Tłuszczowa	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsojowa	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna
Śniadanie	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 40g Ogórek kiszony 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 40g ( <b>RYB, SEL</b> ) Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 70g Pomidor 50g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczyk) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE</b> )		Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Andruty 1 szt ( <b>GLU, PSZ</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 15g Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 15g	Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 15g Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml		Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE</b> )		Andruty 1 szt ( <b>GLU, PSZ</b> )	
Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU, JECZ</b> ) Pieczeń ryżska wiewprzowa 100 g ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU, JECZ</b> ) Pieczeń ryżska wiewprzowa 100 g ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU, JECZ</b> ) Pieczeń ryżska wiewprzowa 100 g ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU, JECZ</b> ) Pieczeń ryżska wiewprzowa 100 g ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 350 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 220g ( <b>GLU, JECZ</b> ) Pieczeń ryżska wiewprzowa 100 g ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU, JECZ</b> ) Pieczeń ryżska wiewprzowa 100 g ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Pieczeń ryżska wiewprzowa (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez glutenu) 300 ml ( <b>MLE PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU, JECZ</b> ) Pieczeń ryżska wiewprzowa 100 g ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mięka) ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU, JECZ</b> ) Pieczeń ryżska wiewprzowa 100 g ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mięka) ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU, JECZ</b> ) Pieczeń ryżska wiewprzowa 100 g ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU, JECZ</b> ) Pieczeń ryżska wiewprzowa 100 g ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * ( ) 300 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180g ( <b>GLU, JECZ</b> ) Pieczeń ryżska wiewprzowa 100 g ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU, JECZ</b> ) Pieczeń ryżska wiewprzowa 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	2026-01-27 wtorek			Mus z truskawk* b/c 100 g Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Fiolet zapiekany drożdżowy 25g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 15g Salata zielona 5g									
Kuchnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szyńska gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp, wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pol. kawałków mięsa 80g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szyńska gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp, wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pol. kawałków mięsa 80g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szyńska gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp, wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pol. kawałków mięsa 35g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szyńska gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp, wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pol. kawałków mięsa 80g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ) Szyńska gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp, wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pol. kawałków mięsa 80g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szyńska gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp, wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pol. kawałków mięsa 80g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szyńska gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp, wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pol. kawałków mięsa 80g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 (60%) kubek 10g Jajko gotowane kM 1 szt ( <b>JAJ, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Szyńska gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp, wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pol. kawałków mięsa 80g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Szyńska gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp, wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pol. kawałków mięsa 80g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kM 1 szt ( <b>JAJ, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Hummus 80 g ( <b>SEZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szyńska gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp, wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pol. kawałków mięsa 80g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ</b> ) Pomidor 40g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 30g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 20g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 5g		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2321.98 kcal; Białko ogółem: 88.70 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 343.19 g; W tym cukry: 68.63 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sol: 8.16 g	Wartość energetyczna: 2204.37 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 338.51 g; W tym cukry: 64.77 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sol: 6.39 g	Wartość energetyczna: 2927.61 kcal; Białko ogółem: 127.19 g; Tłuszcz: 99.66 g; Kw. tł. nasy.: 44.30 g; Węglowodany ogółem: 398.40 g; W tym cukry: 65.46 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sol: 12.66 g	Wartość energetyczna: 2234.36 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 358.71 g; W tym cukry: 68.10 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sol: 7.53 g	Wartość energetyczna: 2371.42 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 65.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 358.71 g; W tym cukry: 68.10 g; Błonnik pok.: 23.68 g; Sol: 7.26 g	Wartość energetyczna: 2210.13 kcal; Białko ogółem: 71.99 g; Tłuszcz: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 300.40 g; W tym cukry: 62.06 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sol: 8.66 g	Wartość energetyczna: 1952.61 kcal; Białko ogółem: 79.26 g; Tłuszcz: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 300.40 g; W tym cukry: 62.06 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sol: 6.88 g	Wartość energetyczna: 1842.53 kcal; Białko ogółem: 88.37 g; Tłuszcz: 41.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.81 g; Węglowodany ogółem: 338.95 g; W tym cukry: 56.23 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sol: 8.73 g	Wartość energetyczna: 1963.77 kcal; Białko ogółem: 88.37 g; Tłuszcz: 32.46 g; Kw. tł. nasy.: 6.88 g; Węglowodany ogółem: 338.95 g; W tym cukry: 64.93 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sol: 6.27 g	Wartość energetyczna: 2195.73 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 55.19 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 335.14 g; W tym cukry: 64.01 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sol: 3.60 g	Wartość energetyczna: 2160.80 kcal; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz: 55.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 331.80 g; W tym cukry: 61.17 g; Błonnik pok.: 28.59 g; Sol: 6.70 g	Wartość energetyczna: 2357.95 kcal; Białko ogółem: 75.47 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; Węglowodany ogółem: 243.25 g; W tym cukry: 36.74 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sol: 6.99 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 KUCHNIA LUBLIN 50

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwa strawna	L-USD Cukrzykowa	L-USD Bogobiałkowa	L-USD Wyskokaloryczna	L-USD Bogaoleszkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Bezemleczna	L-USD Tłuszczowa	L-USD Wzrządowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żądających	L-USD Bezsiarna	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna	
Sniadanie	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt 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% 10g (MLE) Szyzka Piastowska- wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40g (SOJ) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Serek homo z owocami 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g (MLE) Szyzka Piastowska- wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Serek homo z owocami 80 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo z owocami 80g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g 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) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II SN	Banan 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Sałata zielona 5g Pomidor 15g	Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5g (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Masło extra 82% 5g (MLE) Sałata zielona 5g		Jabłko 1 szt 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa* 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ, MLE, SEL) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE) Dymna duszona z olejem* (bez glutenu) 100 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Obiad	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Eskalopka z kurczaka 100g (GLUPSZ, JAJ, MLE) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 250 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE) Dymna duszona z olejem* (bez glutenu) 100 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa* 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ, MLE, SEL) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (MLE) Dymna duszona z olejem* (bez glutenu) 100 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLUPSZ, MLE) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ, MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaki gotowane (I) 200 g (GLUPSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Filet zapiekany drobiowy 25g (MLE) Pomidor 15g Sałata zielona 5g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masłanka 200 ml (MLE)										
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasztecik Cechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkami surowców wędzarniczych pieczony 70g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE) Sałatkę z pomidorów i koperku 50g 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 zapiekany drobiowy 80g (MLE) Sałatkę z pomidorów i koperku 50g 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) Filet zapiekany drobiowy 40g (MLE) Twarożek z ziemiaki 40g (MLE) Sałatkę z pomidorów i koperku 80g 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) Filet zapiekany drobiowy 80g (MLE) Sałatkę z pomidorów i koperku 50g 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% 15g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 80g (MLE) Sałatkę z pomidorów i koperku 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 80g (MLE) Sałatkę z pomidorów i koperku 50g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 80g (MLE) Sałatkę z pomidorów i koperku 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g (MLE) Szyzka Piastowska- wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Sałatkę z pomidorów i koperku 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) Pomidor b/kórki 50g 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) Twarożek z ziemiaki (bez soli) 80g (MLE) Sałatkę z pomidorów i koperku 50g 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) Twarożek z ziemiaki 80g (MLE) Sałatkę z pomidorów i koperku 50g 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 zapiekany drobiowy 80g (MLE) Sałatkę z pomidorów i koperku 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 80g (MLE) Sałatkę z pomidorów i koperku 50g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Ciasto drożdżowe 50g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SOJ)		Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ) Pomidor 15g	Ciasto drożdżowe 50g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SOJ)		Podplomyki b/c 20g (GLUPSZ, MLE)	Chrupki kukurydziane 20g			Ciasto drożdżowe 50g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SOJ)			Podplomyki b/c 20g (GLUPSZ, MLE)
	Wartość energetyczna: 2424.21 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 87.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 375.62 g; W tym cukry: 101.57 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sol: 7.68 g	Wartość energetyczna: 2298.29 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 44.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.40 g; Węglowodany ogółem: 376.38 g; W tym cukry: 103.97 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sol: 6.09 g	Wartość energetyczna: 2626.27 kcal; Białko ogółem: 134.88 g; Tłuszcz: 67.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 381.50 g; W tym cukry: 72.67 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sol: 10.34 g	Wartość energetyczna: 2568.82 kcal; Białko ogółem: 117.77 g; Tłuszcz: 56.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 406.29 g; W tym cukry: 104.67 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sol: 7.08 g	Wartość energetyczna: 2493.67 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 53.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 400.84 g; W tym cukry: 106.95 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sol: 6.34 g	Wartość energetyczna: 2098.84 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 41.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 333.26 g; W tym cukry: 83.28 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sol: 6.29 g	Wartość energetyczna: 2079.90 kcal; Białko ogółem: 67.37 g; Tłuszcz: 28.19 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 339.82 g; W tym cukry: 100.15 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sol: 2.80 g	Wartość energetyczna: 1962.75 kcal; Białko ogółem: 95.63 g; Tłuszcz: 22.27 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 366.99 g; W tym cukry: 94.23 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sol: 5.94 g	Wartość energetyczna: 2032.36 kcal; Białko ogółem: 99.61 g; Tłuszcz: 42.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 376.02 g; W tym cukry: 103.89 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sol: 6.05 g	Wartość energetyczna: 2282.71 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 42.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 379.50 g; W tym cukry: 106.76 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sol: 3.67 g	Wartość energetyczna: 2292.75 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 45.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.85 g; Węglowodany ogółem: 379.50 g; W tym cukry: 106.76 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sol: 3.67 g	Wartość energetyczna: 2588.37 kcal; Białko ogółem: 89.16 g; Tłuszcz: 72.57 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 403.55 g; W tym cukry: 104.07 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sol: 7.01 g	Wartość energetyczna: 1690.01 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 31.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.32 g; Węglowodany ogółem: 269.82 g; W tym cukry: 62.36 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sol: 5.51 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 KUCHNIA LUBLIN 5D

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwo strawna	L-USD Cukrzykowa	L-USD Bogatobiałkowa	L-USD Wyskokaloryczna	L-USD Bogatoresztkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Bezmieczna	L-USD Trzuskowa	L-USD Wrzodowa- ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsojowa	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Papryka konserwowa 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JEJCZ.) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jęczmianym 250 ml (SEL) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jęczmianym 250 ml (SEL) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚNI	Andruty 1 szt (GLUPSZ)	Andruty 1 szt (GLUPSZ)	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 15g Sałata zielona 5g Masło extra 82% 5g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 25g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Masło extra 82% 5g (MLE)	Kefir 2% tl 200 ml (MLE) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLUPSZ) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawalków mięsa 25g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2) Masło extra 82% 5g (MLE) Pomidor 15g	Andruty 1 szt (GLUPSZ)	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 15g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 2% tl 200 ml (MLE)	Andruty 1 szt (GLUPSZ)	Andruty 1 szt (GLUPSZ)	Andruty 1 szt (GLUPSZ)	Andruty 1 szt (GLUPSZ)	Kefir 2% tl 200 ml (MLE)
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (l)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron 180g (GLUPSZ) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wierzbowego) 150g (GLUPSZ, SEL) Surówka wielowarzynna z olejem (l) 100g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron 180g (GLUPSZ) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wierzbowego) 150g (GLUPSZ, SEL) Brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180g (GLUPSZ) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wierzbowego) 150g (GLUPSZ, SEL) Surówka wielowarzynna z olejem b/c (l) 100g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l)* 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron 220g (GLUPSZ) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wierzbowego) 150g (GLUPSZ, SEL) Surówka wielowarzynna z olejem b/c (l) 100g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180g (GLUPSZ) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wierzbowego) 150g (GLUPSZ, SEL) Brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180g (GLUPSZ) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wierzbowego) 150g (GLUPSZ, SEL) Brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (l)* 300 ml (MLE, SEL) Makaron 180g (GLUPSZ) Klopsik wierzbowy 100g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy* 100ml (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (l)* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180g (GLUPSZ) Klopsik wierzbowy 100g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy* 100ml (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Ziemniaczana (*bez mleka) (l) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron 180g (GLUPSZ) Klopsik wierzbowy 100g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy* 100ml (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (l)* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180g (GLUPSZ) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wierzbowego) 150g (GLUPSZ, SEL) Brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) (l)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron (bez soli) 180g (GLU PSZ, SEL) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wierzbowego) 150g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany (bez soli) 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (l)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron 180g (GLUPSZ) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wierzbowego) 150g (GLUPSZ, SEL) Mus z jabłek prażonych 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Makaron pełnoziarnisty 180g (GLUPSZ) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wierzbowego) 150g (GLUPSZ, SEL) Kompot owocowy* 100g Kompot owocowy z jabłkami b/c 250 ml
	FD	Salata zielona 5g Papryka konserwowa 15g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml Twarożek 25g (MLE)	Salata zielona 5g Papryka konserwowa 15g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml Twarożek 25g (MLE)	Salata zielona 5g Papryka konserwowa 15g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml Twarożek 25g (MLE)	Salata zielona 5g Papryka konserwowa 15g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml Twarożek 25g (MLE)	Salata zielona 5g Papryka konserwowa 15g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml Twarożek 25g (MLE)	Salata zielona 5g Papryka konserwowa 15g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml Twarożek 25g (MLE)	Salata zielona 5g Papryka konserwowa 15g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml Twarożek 25g (MLE)	Salata zielona 5g Papryka konserwowa 15g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml Twarożek 25g (MLE)	Salata zielona 5g Papryka konserwowa 15g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml Twarożek 25g (MLE)	Salata zielona 5g Papryka konserwowa 15g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml Twarożek 25g (MLE)	Salata zielona 5g Papryka konserwowa 15g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml Twarożek 25g (MLE)	Salata zielona 5g Papryka konserwowa 15g Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Sok pomidorowy 200 ml Twarożek 25g (MLE)
Kolacja	Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasztet z cielęciny* 70g (GLUPSZ, JAJ) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody, b.m i z poł. kawalków mięsa 80g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU, WYV) Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody, b.m i z poł. kawalków mięsa 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody, b.m i z poł. kawalków mięsa 80g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka drobiowa lukusowa z fileta-wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody, b.m i z poł. kawalków mięsa 80g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z poł. kawalków mięsa 80g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb bezglutenowy 100g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z poł. kawalków mięsa 80g (SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z poł. kawalków mięsa 80g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z poł. kawalków mięsa 80g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z poł. kawalków mięsa 80g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z poł. kawalków mięsa 80g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z poł. kawalków mięsa 80g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszczy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z poł. kawalków mięsa 80g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Ser 20ty 20g (MLE) Papryka konserwowa 15g	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt
	Wartość energetyczna: 2462.13 kcal; Białko ogółem: 71.72 g; Tłuszcz: 70.56 g; Kw. tl. nasy.: 20.76 g; Węglowodany ogółem: 378.95 g; W tym cukry: 104.68 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 5.30 g	Wartość energetyczna: 2287.31 kcal; Białko ogółem: 77.29 g; Tłuszcz: 57.98 g; Kw. tl. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 358.56 g; W tym cukry: 101.54 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 6.45 g	Wartość energetyczna: 2816.49 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 95.89 g; Kw. tl. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 379.97 g; W tym cukry: 51.10 g; Błonnik pok.: 40.45 g; Sól: 11.44 g	Wartość energetyczna: 2685.60 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tl. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 402.29 g; W tym cukry: 110.28 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 7.52 g	Wartość energetyczna: 2491.55 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw. tl. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 382.67 g; W tym cukry: 104.70 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 6.83 g	Wartość energetyczna: 2354.94 kcal; Białko ogółem: 82.98 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw. tl. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 382.67 g; W tym cukry: 104.70 g; Błonnik pok.: 32.74 g; Sól: 8.57 g	Wartość energetyczna: 2125.28 kcal; Białko ogółem: 78.09 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tl. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 343.02 g; W tym cukry: 97.94 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 5.91 g	Wartość energetyczna: 2004.08 kcal; Białko ogółem: 84.52 g; Tłuszcz: 43.18 g; Kw. tl. nasy.: 8.32 g; Węglowodany ogółem: 323.32 g; W tym cukry: 82.25 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 6.20 g	Wartość energetyczna: 1963.67 kcal; Białko ogółem: 78.53 g; Tłuszcz: 37.83 g; Kw. tl. nasy.: 7.64 g; Węglowodany ogółem: 327.28 g; W tym cukry: 77.21 g; Błonnik pok.: 20.19 g; Sól: 6.24 g	Wartość energetyczna: 2147.29 kcal; Białko ogółem: 75.15 g; Tłuszcz: 57.08 g; Kw. tl. nasy.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 357.06 g; W tym cukry: 103.67 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sól: 6.24 g	Wartość energetyczna: 2251.02 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tl. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 399.18 g; W tym cukry: 116.82 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sól: 3.66 g	Wartość energetyczna: 2415.47 kcal; Białko ogółem: 77.64 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tl. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 359.18 g; W tym cukry: 116.82 g; Błonnik pok.: 20.17 g; Sól: 4.94 g	Wartość energetyczna: 1812.14 kcal; Białko ogółem: 67.26 g; Tłuszcz: 54.35 g; Kw. tl. nasy.: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 252.94 g; W tym cukry: 68.17 g; Błonnik pok.: 21.89 g; Sól: 6.48 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 KUCHNIA LUBLIN USD

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwa strawna	L-USD Cukrzykowa	L-USD Bogatobiałkowa	L-USD Wyskokaloryczna	L-USD Bogatorestkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Beźmieczna	L-USD Tłuszczowa	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsolna	L-USD Wegetariańska	L-USD Ubożoenergetyczna	
Sniadanie	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 90 g Dżem 25 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ), Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ</b> ), Masło zawiera: ORZ., Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Twarożek 40 g ( <b>MLE</b> ), Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> ),	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 15g Sałata zielona 5g Masłanka 20ml ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 15g Sałata zielona 5g Masłanka 20ml ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ), Pomidor 15g Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 15g	Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ),	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25g ( <b>SOJ</b> ), Pomidor 15g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> ),	Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> ),	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Pomidor 15g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25g ( <b>SOJ</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Pomidor 15g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25g ( <b>SOJ</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> )	Ziemiaki gotowane (I) 200g Pulpet rybny (Morszczuk) 120g Sernikowa żydowska z olejem (I) 100g Kompot owocowy z jabłkami b/c 250 ml	
Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Ziemiaki gotowane (I) 200g Ryba pieczona (Morszczuk) 120g ( <b>RYB</b> ), Surówka żydowska z olejem (I) 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Ziemiaki gotowane (I) 200g Pulpet rybny (Morszczuk) 120g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ), Surówka żydowska z olejem (I) b/c 100g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Ziemiaki gotowane (I) 200g Pulpet rybny (Morszczuk) 120g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ), Surówka żydowska z olejem (I) b/c 100g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Ziemiaki gotowane (I) 200g Pulpet rybny (Morszczuk) 120g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ), Surówka żydowska z olejem (I) b/c 100g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Ziemiaki gotowane (I) 250g Pulpet rybny (Morszczuk) 120g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ), Surówka żydowska z olejem (I) b/c 100g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Ziemiaki gotowane (I) 200g Pulpet rybny (Morszczuk) 120g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ), Surówka żydowska z olejem (I) b/c 100g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Ziemiaki gotowane (I) 200g Pulpet rybny (Morszczuk) 120g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ), Surówka żydowska z olejem (I) b/c 100g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Ryżowa (bez miska) 300 ml ( <b>SEL</b> ), Ziemiaki gotowane (I) 200g Pulpet rybny (Morszczuk) 120g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Ryżowa (bez soli) 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Ziemiaki gotowane (bez soli) (I) 200g Pulpet rybny (Morszczuk) (bez soli) 120g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Ziemiaki gotowane (I) 200g Pulpet rybny (Morszczuk) 120g ( <b>SOJ</b> ), Surówka żydowska z olejem (I) 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Ziemiaki gotowane (I) 200g Pulpet rybny (Morszczuk) 120g Sernikowa żydowska z olejem (I) 100g Kompot owocowy z jabłkami b/c 250 ml	Ziemiaki gotowane (I) 200g Pulpet rybny (Morszczuk) 120g Sernikowa żydowska z olejem (I) 100g Kompot owocowy z jabłkami b/c 250 ml		
	PD	Chleb razowy pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Kiełbasa kminkowa 10g Grzeczka-gruboróżdrobniona, wędzona, parzona 25g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona 5g Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Kiełbasa kminkowa 10g Grzeczka-gruboróżdrobniona, wędzona, parzona 25g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona 5g Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Kiełbasa kminkowa 10g Grzeczka-gruboróżdrobniona, wędzona, parzona 25g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona 5g Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Kiełbasa kminkowa 10g Grzeczka-gruboróżdrobniona, wędzona, parzona 25g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona 5g Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Kiełbasa kminkowa 10g Grzeczka-gruboróżdrobniona, wędzona, parzona 25g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona 5g Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Kiełbasa kminkowa 10g Grzeczka-gruboróżdrobniona, wędzona, parzona 25g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona 5g Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Kiełbasa kminkowa 10g Grzeczka-gruboróżdrobniona, wędzona, parzona 25g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona 5g Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ</b> ), <b>może zawierać: ORZ.</b> , Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Ogórek kiszony 90g Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane w M 1 szt ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor b/śrótki 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane w M 1 szt ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor b/śrótki 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane w M 1 szt ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor b/śrótki 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane w M 1 szt ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor b/śrótki 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane w M 1 szt ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor b/śrótki 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Ogórek kiszony 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Płatki iecieczniane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JECC.</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Chleb razowy pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wiewprzowego 40g ( <b>MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Ogórek kiszony 90g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb razowy pszenno-żytni 100g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Ogórek kiszony 90g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ</b> ), <b>może zawierać: ORZ.</b> , Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Ogórek kiszony 90g Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane w M 1 szt ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor b/śrótki 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane w M 1 szt ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor b/śrótki 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane w M 1 szt ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor b/śrótki 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane w M 1 szt ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor b/śrótki 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane w M 1 szt ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor b/śrótki 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ), Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane w M 1 szt ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor b/śrótki 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekiem instant 150 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECC.</b> )	
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</b> ),	Chleb razowy pszenno-żytni 30g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 20g ( <b>MLE</b> ), Sałata zielona 5g	Chleb razowy pszenno-żytni 30g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ), Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 20g ( <b>MLE</b> ), Sałata zielona 5g	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</b> ),	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</b> ),	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</b> ),	Wafle ryżowe 30g	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</b> ),	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</b> ),	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</b> ),	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</b> ),	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</b> ),	Wafle ryżowe 30g
	Wartość energetyczna: 2219.10 kcal; Białko ogółem: 100.44 g; Tłuszcz: 57.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 332.41 g; W tym cukry: 80.47 g; Błonnik pok.: 18.67 g; Sól: 6.90 g	Wartość energetyczna: 2254.05 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 53.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 350.56 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 16.98 g; Sól: 5.51 g	Wartość energetyczna: 2904.57 kcal; Białko ogółem: 152.10 g; Tłuszcz: 85.98 g; Kw. tł. nasy.: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 392.53 g; W tym cukry: 68.08 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sól: 15.05 g	Wartość energetyczna: 2339.68 kcal; Białko ogółem: 106.06 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 356.89 g; W tym cukry: 82.92 g; Błonnik pok.: 18.07 g; Sól: 6.86 g	Wartość energetyczna: 2492.83 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 356.89 g; W tym cukry: 83.80 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 5.79 g	Wartość energetyczna: 2220.96 kcal; Białko ogółem: 113.24 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 314.56 g; W tym cukry: 32.73 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 9.86 g	Wartość energetyczna: 2005.33 kcal; Białko ogółem: 78.21 g; Tłuszcz: 50.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 299.51 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sól: 4.77 g	Wartość energetyczna: 1885.45 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 34.96 g; Kw. tł. nasy.: 7.88 g; Węglowodany ogółem: 343.83 g; W tym cukry: 53.90 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sól: 7.93 g	Wartość energetyczna: 2017.41 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.33 g; Węglowodany ogółem: 354.63 g; W tym cukry: 79.90 g; Błonnik pok.: 16.58 g; Sól: 6.49 g	Wartość energetyczna: 2262.68 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 52.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 345.63 g; W tym cukry: 78.81 g; Błonnik pok.: 16.35 g; Sól: 4.14 g	Wartość energetyczna: 2227.95 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 52.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 345.12 g; W tym cukry: 80.57 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 6.02 g	Wartość energetyczna: 2137.44 kcal; Białko ogółem: 86.34 g; Tłuszcz: 46.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.19 g; Węglowodany ogółem: 288.49 g; W tym cukry: 22.48 g; Błonnik pok.: 18.67 g; Sól: 8.18 g	Wartość energetyczna: 1904.32 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 30.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 288.49 g; W tym cukry: 22.48 g; Błonnik pok.: 18.67 g; Sól: 8.18 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 KUCHNIA LUBLIN USD

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwa strawna	L-USD Cukrzycowa	L-USD Bogatobiałkowa	L-USD Wysokokaloryczna	L-USD Bogatoresztkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Bezmleczna	L-USD Trzuskawkowa	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsojina	L-USD Wegetariańska	L-USD Ułobogonegetyczna	
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Hummus z ciecierzycy 40g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 90g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (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, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jaryzowym 250 ml (GLUPSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Hummus z ciecierzycy 80g Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLUPSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Hummus z ciecierzycy 80g 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) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II SN	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE)	Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kił M 0,5 szt (JAJ) Sałata zielona 5g Pomidor 15g Mus z truskawek* b/c 100g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Sałata zielona 5g Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kił M 0,5 szt (JAJ)	Mus z truskawek* b/c 100g (MLE)	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE)	Sok jabłkowy 200 ml	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (MLE)	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE)	Mus z truskawek* b/c 100g				
Obiad	Dyniowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180g (GLU, JECC, SEL) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (I) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180g (GLU, JECC, SEL) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Sardynki wykwintna z olejem b/c 100g Buraczki oprószone (bez cukru) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180g (GLU, JECC, SEL) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (I) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180g (GLU, JECC, SEL) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (I) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180g (GLU, JECC, SEL) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (I) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu)* 300 ml (MLE, SEL) Ryz na sypko 180g Potrawka drożdżowa z warzywami (bez glutenu)* 200g (SEL) Buraczki oprószone (I) (bez glutenu) 100g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (GLU, PSZ, SEL) Ryż na sypko 180g Potrawka drożdżowa z warzywami (GLU, JECC, SEL) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (I) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez soli) 300 ml (GLU, PSZ, SEL) Ryż na sypko 180g Potrawka drożdżowa z warzywami (GLU, JECC, SEL) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (I) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez soli) 300 ml (GLU, PSZ, SEL) Ryż na sypko 180g Potrawka drożdżowa z warzywami (GLU, JECC, SEL) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (I) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez soli) 300 ml (GLU, PSZ, SEL) Ryż na sypko 180g Potrawka drożdżowa z warzywami (GLU, JECC, SEL) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (I) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez soli) 300 ml (GLU, PSZ, SEL) Ryż na sypko 180g Potrawka drożdżowa z warzywami (GLU, JECC, SEL) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (I) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez soli) 300 ml (GLU, PSZ, SEL) Ryż na sypko 180g Potrawka drożdżowa z warzywami (GLU, JECC, SEL) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (I) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez soli) 300 ml (GLU, PSZ, SEL) Ryż na sypko 180g Potrawka drożdżowa z warzywami (GLU, JECC, SEL) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (I) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kasza jęczmienna/sypko 180g (GLU, JECC) Potrawka drożdżowa z warzywami* 200g (GLUPSZ, SEL) Buraczki oprószone (I) 100g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Masło extra 82% 5g (MLE) Twarożek 25g (MLE) Pomidor 15g Pomarańcza 1 szt. 1 szt												
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 40g (SOJ) Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo, naturalny 40g (SOJ) Pomidor 40g Pomidor 90g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 80g (SOJ) Pomidor 80g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 150 ml	Chleb bezglutenowy 100g (SEZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 80g (SOJ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 80g (SOJ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 80g (SOJ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 80g (SOJ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 80g (SOJ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 80g (SOJ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 80g (SOJ) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 80g (SOJ) Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 150 ml Pomidor 40g	
	PN	Chrupki kukurydziane 20g	Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Masło extra 82% 5g (MLE) Twarożek półtłusty 20g (MLE) Pomidor 15g							Chrupki kukurydziane 20g				
	Wartość energetyczna: 1920.23 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 42.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 313.65 g; W tym cukry: 74.18 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.52 g	Wartość energetyczna: 1929.73 kcal; Białko ogółem: 84.09 g; Tłuszcz: 42.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.54 g; Węglowodany ogółem: 314.66 g; W tym cukry: 74.28 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 7.20 g	Wartość energetyczna: 2511.89 kcal; Białko ogółem: 102.86 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 378.45 g; W tym cukry: 70.02 g; Błonnik pok.: 39.96 g; Sól: 8.99 g	Wartość energetyczna: 2160.60 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 52.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 346.45 g; W tym cukry: 76.40 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 7.90 g	Wartość energetyczna: 2153.28 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 52.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; W tym cukry: 77.75 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 7.62 g	Wartość energetyczna: 1889.48 kcal; Białko ogółem: 70.81 g; Tłuszcz: 32.32 g; Kw. tł. nasy.: 17.89 g; Węglowodany ogółem: 285.55 g; W tym cukry: 47.66 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sól: 7.92 g	Wartość energetyczna: 1968.90 kcal; Białko ogółem: 74.13 g; Tłuszcz: 51.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 310.50 g; W tym cukry: 76.60 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 4.13 g	Wartość energetyczna: 1765.51 kcal; Białko ogółem: 76.76 g; Tłuszcz: 32.32 g; Kw. tł. nasy.: 17.77 g; Węglowodany ogółem: 307.42 g; W tym cukry: 55.82 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 6.99 g	Wartość energetyczna: 1703.98 kcal; Białko ogółem: 76.76 g; Tłuszcz: 23.43 g; Kw. tł. nasy.: 4.39 g; Węglowodany ogółem: 306.87 g; W tym cukry: 62.28 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 6.65 g	Wartość energetyczna: 1903.64 kcal; Białko ogółem: 83.49 g; Tłuszcz: 43.23 g; Kw. tł. nasy.: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 306.87 g; W tym cukry: 62.28 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.21 g	Wartość energetyczna: 2035.42 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 47.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 316.75 g; W tym cukry: 75.38 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 4.19 g	Wartość energetyczna: 2089.73 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 45.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 339.16 g; W tym cukry: 73.44 g; Błonnik pok.: 37.39 g; Sól: 5.05 g	Wartość energetyczna: 1446.17 kcal; Białko ogółem: 67.52 g; Tłuszcz: 35.65 g; Kw. tł. nasy.: 14.23 g; Węglowodany ogółem: 225.85 g; W tym cukry: 26.15 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 6.81 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 KUCHNIA LUBLIN 5D

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwo strawna	L-USD Cukrzykowa	L-USD Bogatobiałkowa	L-USD Wyskokaloryczna	L-USD Bogatoresztkowa	L-USD Bezglutenowa	L-USD Bezmieczna	L-USD Tuzostkowa	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsojna	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna	
Sniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Pomidor 50 g 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.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 40 g (MLE.) Kiełbasa Krotoszyńska-więprzowa kawałki 40 g (SOJ, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Pomidor 50 g 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.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) 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.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10 g Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Pomidor biskorki 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10 g Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Pomidor biskorki 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10 g Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Pomidor biskorki 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10 g Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10 g Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10 g Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Pomidor 50 g 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.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10 g Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SO2.)		Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 15 g Salata zielona 5 g Kandryt 1 szt (GLUPSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Salata zielona 5 g Masło extra 82% 5g (MLE.) Szyńska gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pot. kawałków mięsa 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 15 g Salata zielona 5 g Kandryt 1 szt (GLUPSZ.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	Biszkopty 30 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)		Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SO2.)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Kotlet schabowy 150 g (GLU PSZ, JAJ.) Surowka z marchwi i jabłka (I) 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Schab gotowany 100 g Sos wiśniowy (I) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Schab gotowany 100 g Surowka z marchwi i jabłka b/c (I) 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 250 g Schab gotowany 100 g Surowka z marchwi i jabłka b/c (I) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Schab gotowany 100 g Sos wiśniowy (I) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Schab gotowany 100 g Surowka z marchwi i jabłka (I) 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Schab gotowany 100 g Surowka z marchwi i jabłka (I) 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mięsa)* 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Schab gotowany 100 g Sos wiśniowy (I) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (bez soli) (I) 200 g Sos wiśniowy 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (z soli)* 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Kotlet schabowy 120 g (SOJ.) Surowka z marchwi i jabłka (I) 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Kotlet schabowy 120 g (SOJ.) Surowka z marchwi i jabłka (I) 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (I) 200 g Kotlet schabowy 120 g (SOJ.) Surowka z marchwi i jabłka (I) 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaki gotowane (I) 200 g Schab gotowany 100 g Surowka z marchwi i jabłka b/c (I) 100 g (MLE.) Sok wielowarzywny z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	2026-02-04: Herbata													
FD			Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Szyńska krusza z pieca wędziona, parzona 25 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Salata zielona 5 g Pomidor 15 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)											
	Kalęba	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Ser żółty 60g (MLE.) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU, JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80g (MLE.) Pomidor 50g 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.) Ser żółty 30g (MLE.) Szyńska Piastowska-wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40g (SOJ.) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana b/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Ser żółty 60g (MLE.) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Ser żółty 60g (MLE.) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80g (MLE.) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kawa z mlekkiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80g (MLE.) Pomidor 50g 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.) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10g Szyńska Piastowska-wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80g (SOJ.) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Twarożek 80g (MLE.) Miod (25g) 1 szt. Salata zielona 10g Pomidor biskorki 40g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80g (MLE.) Salata zielona 10g Pomidor biskorki 40g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem (bez soli) 80g (MLE.) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Ser żółty 60g (MLE.) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80g (MLE.) Pomidor 50g Herbata czarna granulowana b/c 150 ml Kawa z mlekkiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU, JECZ.)
FN	Jabłko 1 szt 1 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Pomidor 15g			Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2665.10 kcal; Białko ogółem: 115.17 g; Tłuszcz: 91.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.35 g; Węglowodany ogółem: 358.94 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 9.73 g	Wartość energetyczna: 2238.79 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 54.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 335.53 g; W tym cukry: 75.69 g; Błonnik pok.: 21.19 g; Sól: 6.65 g	Wartość energetyczna: 2600.45 kcal; Białko ogółem: 133.03 g; Tłuszcz: 82.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 351.66 g; W tym cukry: 43.61 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 13.80 g	Wartość energetyczna: 2206.95 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 38.23 g; Węglowodany ogółem: 357.02 g; W tym cukry: 74.72 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 7.99 g	Wartość energetyczna: 2542.25 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 57.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 321.12 g; W tym cukry: 58.12 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 11.53 g	Wartość energetyczna: 1905.49 kcal; Białko ogółem: 87.71 g; Tłuszcz: 51.74 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 278.83 g; W tym cukry: 67.00 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 6.22 g	Wartość energetyczna: 1783.23 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 33.93 g; Kw. tł. nasy.: 7.38 g; Węglowodany ogółem: 324.11 g; W tym cukry: 85.07 g; Błonnik pok.: 21.90 g; Sól: 10.65 g	Wartość energetyczna: 1849.88 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 46.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 313.38 g; W tym cukry: 74.24 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sól: 6.21 g	Wartość energetyczna: 2021.14 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 55.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 331.85 g; W tym cukry: 75.78 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.09 g	Wartość energetyczna: 2188.30 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 55.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 331.85 g; W tym cukry: 75.78 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.09 g	Wartość energetyczna: 2273.62 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 60.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 343.04 g; W tym cukry: 75.78 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 7.66 g	Wartość energetyczna: 1641.58 kcal; Białko ogółem: 89.39 g; Tłuszcz: 43.48 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 234.62 g; W tym cukry: 38.84 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 9.11 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 KUCHNIA LUBLIN 5D

	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 Trzuskłowa	L-USD Wrzodowa- z ogr.subs.pob.wydz soków żołądkowych	L-USD Bezsolna	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna
Śniadania	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, GLU, PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 80g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
II ŚN	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )
Obiad	Brokułowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Klaski leniwe z serem, bułka tartą i cukrem 320g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ) Mandarynka 150g Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron 180g ( <b>GLUPSZ</b> ) Twaróg półtłusty 80g ( <b>MLE</b> ) Sos jogurtowo-porcerekowy 100g ( <b>MLE</b> ) Mandarynka 150g Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron pehnoziarnisty 180g ( <b>GLUPSZ</b> ) Twaróg półtłusty 80g ( <b>MLE</b> ) Sos jogurtowo-porcerekowy 100g ( <b>MLE</b> ) Mandarynka 150g Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron 180g ( <b>GLUPSZ</b> ) Pulpet drobiowy 120g ( <b>GLU, PSZ, JAJ</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Marchew oprószana z olejem" 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron 220g ( <b>GLUPSZ</b> ) Twaróg półtłusty 100g ( <b>MLE</b> ) Sos jogurtowo-porcerekowy 100g ( <b>MLE</b> ) Mandarynka 150g Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron pehnoziarnisty 180g ( <b>GLUPSZ</b> ) Twaróg półtłusty 80g ( <b>MLE</b> ) Sos jogurtowo-porcerekowy 100g ( <b>MLE</b> ) Mandarynka 150g Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron bezglutenowy 180g ( <b>SEZ, GLU, PSZ, MLE</b> ) Twaróg półtłusty 80g ( <b>MLE</b> ) Sos jogurtowo-porcerekowy 100g ( <b>MLE</b> ) Mandarynka 150g Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 300 ml ( <b>SEL</b> ) Makaron 180g ( <b>GLUPSZ</b> ) Pulpet drobiowy 120g ( <b>GLU, PSZ, JAJ</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Marchew oprószana z olejem" 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 300 ml ( <b>SEL</b> ) Makaron 180g ( <b>GLUPSZ</b> ) Pulpet drobiowy 120g ( <b>GLU, PSZ, JAJ</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE</b> ) Marchew oprószana z olejem" 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez soli) * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron (bez soli) 180g ( <b>GLU, PSZ, JAJ</b> ) Twaróg półtłusty 80g ( <b>MLE</b> ) Sos jogurtowo-porcerekowy 100g ( <b>MLE</b> ) Mandarynka 150g Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron 180g ( <b>GLUPSZ</b> ) Twaróg półtłusty 80g ( <b>MLE</b> ) Sos jogurtowo-porcerekowy 100g ( <b>MLE</b> ) Mandarynka 150g Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron 180g ( <b>GLUPSZ</b> ) Twaróg półtłusty 80g ( <b>MLE</b> ) Sos jogurtowo-porcerekowy 100g ( <b>MLE</b> ) Mandarynka 150g Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml	Makaron pehnoziarnisty 180g ( <b>GLUPSZ</b> ) Twaróg półtłusty 80g ( <b>MLE</b> ) Sos jogurtowo-porcerekowy 100g ( <b>MLE</b> ) Mandarynka 150g Kompot owocowy z jabłkami" z/c 250 ml
PD			Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5g ( <b>MLE</b> ) Szyńka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp, wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pol. kawałków mięsa 25g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ</b> ) Pomidor 15g Sałata zielona 5g Kefir 2% t 200g 1 szt ( <b>MLE</b> )										
Kuchnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna duża krojona 50g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Paszlet ryбно-warzywny (Morszczuk) 30g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Szyńka Piastowska-wp, wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna duża krojona 50g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Paszlet ryбно-warzywny (Morszczuk) 70g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron pehnoziarnisty na mleku 200 ml ( <b>GLUPSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Paszlet ryбно-warzywny (Morszczuk) 30g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Szyńka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp, wędzona, parzona z dod. wody, b.m i z pol. kawałków mięsa 40g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ</b> ) Pomidor 30g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna duża krojona 50g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Paszlet ryбно-warzywny (Morszczuk) 70g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna duża krojona 50g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Paszlet ryбно-warzywny (Morszczuk) 70g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szyńka Piastowska-wp, wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100g ( <b>SEZ, MLE, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Szyńka Piastowska-wp, wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 40g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna duża krojona 50g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Paszlet ryбно-warzywny (Morszczuk) 70g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna duża krojona 50g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Paszlet ryбно-warzywny (Morszczuk) 70g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna duża krojona 50g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Paszlet ryбно-warzywny (Morszczuk) 70g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna duża krojona 50g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Paszlet ryбно-warzywny (Morszczuk) 70g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna duża krojona 50g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Paszlet ryбно-warzywny (Morszczuk) 70g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna duża krojona 50g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Masło extra 82% 10g ( <b>MLE</b> ) Paszlet ryбно-warzywny (Morszczuk) 70g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Drożdżówka mini 50g 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> )	Drożdżówka mini 50g 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> )	Drożdżówka mini 50g 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> )	Drożdżówka mini 50g 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> )	Drożdżówka mini 50g 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> )	Drożdżówka mini 50g 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> )	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g	Biszkopty 30g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.</b> )	Biszkopty 30g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.</b> )	Biszkopty 30g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.</b> )	Drożdżówka mini 50g 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE</b> )	Chrupki kukurydziane 20g
	Wartość energetyczna: 2313.75 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz: 56.00 g; Kw. tl. nasy.: 20.40 g; Węglowodany ogółem: 356.66 g; W tym cukry: 104.21 g; Błonnik pok.: 15.65 g; Sól: 8.33 g	Wartość energetyczna: 2059.87 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 46.71 g; Kw. tl. nasy.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 314.56 g; W tym cukry: 76.34 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 6.02 g	Wartość energetyczna: 2577.77 kcal; Białko ogółem: 137.29 g; Tłuszcz: 69.79 g; Kw. tl. nasy.: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 356.82 g; W tym cukry: 65.16 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 11.41 g	Wartość energetyczna: 2399.49 kcal; Białko ogółem: 115.99 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tl. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 340.67 g; W tym cukry: 61.97 g; Błonnik pok.: 18.68 g; Sól: 7.73 g	Wartość energetyczna: 2275.73 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 57.99 g; Kw. tl. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 335.39 g; W tym cukry: 50.45 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sól: 6.23 g	Wartość energetyczna: 1933.38 kcal; Białko ogółem: 99.91 g; Tłuszcz: 47.58 g; Kw. tl. nasy.: 20.84 g; Węglowodany ogółem: 275.96 g; W tym cukry: 50.45 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 6.81 g	Wartość energetyczna: 1891.06 kcal; Białko ogółem: 76.11 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tl. nasy.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 291.99 g; W tym cukry: 77.33 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 4.46 g	Wartość energetyczna: 1898.57 kcal; Białko ogółem: 88.04 g; Tłuszcz: 41.23 g; Kw. tl. nasy.: 7.70 g; Węglowodany ogółem: 309.51 g; W tym cukry: 58.78 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sól: 8.83 g	Wartość energetyczna: 1875.22 kcal; Białko ogółem: 97.22 g; Tłuszcz: 34.42 g; Kw. tl. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 314.65 g; W tym cukry: 68.98 g; Błonnik pok.: 17.67 g; Sól: 6.62 g	Wartość energetyczna: 2112.48 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 55.09 g; Kw. tl. nasy.: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 307.36 g; W tym cukry: 71.12 g; Błonnik pok.: 17.56 g; Sól: 6.83 g	Wartość energetyczna: 2035.69 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 52.62 g; Kw. tl. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 307.36 g; W tym cukry: 71.12 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 3.93 g	Wartość energetyczna: 2042.66 kcal; Białko ogółem: 84.40 g; Tłuszcz: 53.28 g; Kw. tl. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 307.36 g; W tym cukry: 71.12 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 4.39 g	Wartość energetyczna: 1572.23 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 37.53 g; Kw. tl. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 228.66 g; W tym cukry: 34.08 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 5.68 g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 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 Trzuskłowa	L- USD Wrzodowa- z ogr. subs.pob.wydz soków żołądkowych	L- USD Bezsonna	L- USD Wegetariańska	L- USD Uboogoenergetyczna	
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLUSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLUSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLUSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Serek homo, naturalny 40 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLUSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLUSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLUSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10g Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLUSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLUSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLUSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLUSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLUSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 250 ml	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
Obiad	Pieczarka z ziemniakami * ( ) 300 ml (GLUSZ, MLE, SEL, SOJ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka ( ) 100 g (MLE, SEL) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (GLUSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Surówka z selerem i jabłkami ( ) 100 g (MLE, SEL) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUSZ, SOJ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (GLUSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUSZ, SOJ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 350 ml (GLUSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JEJCZ.) Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUSZ, SOJ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (GLUSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUSZ, SOJ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu)* 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUSZ, SOJ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUSZ, SOJ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez soli)* 300 ml (GLUSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUSZ, SOJ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez soli)* 300 ml (GLUSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUSZ, SOJ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (GLUSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUSZ, SOJ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (GLUSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUSZ, SOJ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (GLUSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUSZ, SOJ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (GLUSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Sos własny ( ) 100 ml (GLU PSZ, SEL) Dymna duszona z olejem* 100 g (GLUSZ, SOJ) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Blika z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUSZ, SOJ) Surówka z selera i jabłka ( ) 100 g (MLE, SEL) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml
	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)	Salata zielona 5g Pomidor 15g Masło extra 82% 5g (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU ZYT.) Kefir 2% t 200g 1 szt (MLE)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kawa z młkiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Makaron pełnoziarnisty na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kawa z młkiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kawa z młkiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kawa z młkiem instant 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kawa z młkiem instant b/c 150 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEJCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Szynka Plastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Pomidor 40 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	Biszkopki 30 g (GLUSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLUSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Pomidor 15g	Biszkopki 30 g (GLUSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.)	Biszkopki 30 g (GLUSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.)	Podplomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE)	Chrupki kukurydziane 20 g	Biszkopki 30 g (GLUSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.)	Biszkopki 30 g (GLUSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.)	Biszkopki 30 g (GLUSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.)	Biszkopki 30 g (GLUSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.)	Biszkopki 30 g (GLUSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.)	Biszkopki 30 g (GLUSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.)	Biszkopki 30 g (GLUSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.)	Biszkopki 30 g (GLUSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.)
Wartość energetyczna: 2150.33 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 61.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 319.82 g; W tym cukry: 68.46 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sol: 8.92 g	Wartość energetyczna: 2135.57 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 311.41 g; W tym cukry: 68.62 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sol: 8.34 g	Wartość energetyczna: 2755.86 kcal; Białko ogółem: 142.72 g; Tłuszcz: 97.72 g; Kw. tł. nasy.: 38.14 g; Węglowodany ogółem: 363.47 g; W tym cukry: 57.61 g; Błonnik pok.: 32.24 g; Sol: 11.49 g	Wartość energetyczna: 2341.11 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 340.97 g; W tym cukry: 69.70 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sol: 9.26 g	Wartość energetyczna: 2316.56 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 280.35 g; W tym cukry: 39.35 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sol: 8.56 g	Wartość energetyczna: 2058.43 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 280.35 g; W tym cukry: 39.35 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sol: 9.19 g	Wartość energetyczna: 2010.02 kcal; Białko ogółem: 87.82 g; Tłuszcz: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 299.55 g; W tym cukry: 55.07 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sol: 6.72 g	Wartość energetyczna: 1907.96 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz: 42.17 g; Kw. tł. nasy.: 8.65 g; Węglowodany ogółem: 316.89 g; W tym cukry: 52.64 g; Błonnik pok.: 19.87 g; Sol: 8.10 g	Wartość energetyczna: 1887.57 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz: 42.17 g; Kw. tł. nasy.: 8.65 g; Węglowodany ogółem: 316.89 g; W tym cukry: 52.64 g; Błonnik pok.: 19.87 g; Sol: 8.10 g	Wartość energetyczna: 2122.17 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 310.58 g; W tym cukry: 68.14 g; Błonnik pok.: 18.36 g; Sol: 8.31 g	Wartość energetyczna: 2140.60 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 58.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 324.86 g; W tym cukry: 84.16 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sol: 3.51 g	Wartość energetyczna: 2006.33 kcal; Białko ogółem: 78.29 g; Tłuszcz: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 324.86 g; W tym cukry: 84.16 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sol: 4.94 g	Wartość energetyczna: 1755.76 kcal; Białko ogółem: 95.90 g; Tłuszcz: 58.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 230.36 g; W tym cukry: 29.49 g; Błonnik pok.: 21.89 g; Sol: 8.50 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-01-26 do dnia 2026-02-04 KUCHNIA LUBLIN OS

	L-USD Podstawowa	L-USD Łatwa 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 Bezsona	L-USD Wegetariańska	L-USD Uboogoenergetyczna		
Sniadanie	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) Ser żółty 60g (MLE) Ogórek kiszony 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) Ser żółty 30g (MLE) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Ogórek kiszony 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) Ser żółty 30g (MLE) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Ogórek kiszony 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) Ser żółty 30g (MLE) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Ogórek kiszony 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Sałata zielona 10g Ogórek kiszony 90g 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) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Sałata zielona 10g Margaryna o zawartości 34% (60%) kubek 10g Szyzka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 80g (SOJ) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100g (SEZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Sałata zielona 10g Margaryna o zawartości 34% (60%) kubek 10g Szyzka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 80g (SOJ) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jęczmiennej 250 ml (SEL, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Sałata zielona 10g Margaryna o zawartości 34% (60%) kubek 10g Szyzka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 80g (SOJ) Sałata zielona 10g Pomidor 40g 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) Ser żółty 60g (MLE) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Sałata zielona 10g Pomidor b/skórki 40g 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) Ser żółty 60g (MLE) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Sałata zielona 10g Pomidor b/skórki 40g 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) Ser żółty 60g (MLE) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Sałata zielona 10g Pomidor 40g 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) Ser żółty 60g (MLE) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Sałata zielona 10g Pomidor 40g 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) Ser żółty 60g (MLE) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Sałata zielona 10g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Serek homo. naturalny 80g (MLE) Pomidor 15g Sałata zielona 5g Masłanka 200 ml (MLE)	
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Maślanka 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Sok jabłkowy 200 ml	Suchary b/c 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Maślanka 200 ml (MLE)	Maślanka 200 ml (MLE)	Maślanka 200 ml (MLE)	
Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami(*) 300 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100ml (GLU, PSZ, SEL.) Cwikła z chrzanem 100g (MLE, SOJ.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami(*) 300 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 100g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami(*) 300 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Buraczki oprószone (l) 100g (GLU, PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami(*) 300 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (l) 250g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 100g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami(*) 350 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (l) 250g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100ml (GLU, PSZ, SEL.) Cwikła z chrzanem 100g (MLE, SOJ.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Ryżowa* 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 120g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Buraczki oprószone (l) (bezgluten) 100g Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami(*) 300 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 100g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)(*) 300 ml (SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 100g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)(*) 300 ml (SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 100g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)(*) 300 ml (SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 100g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)(*) 300 ml (SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (l) 100g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)(*) 300 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (bez soli) (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* (bez soli) 100ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (bez soli) 100g (GLUPSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)(*) 300 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (bez soli) (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* (bez soli) 100ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (bez soli) 100g (GLUPSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)(*) 300 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ziemniaki gotowane (bez soli) (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* (bez soli) 100ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (bez soli) 100g (GLUPSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml	Ziemniaki gotowane (l) 200g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120g (GLUPSZ, JAJ.) Cwikła z chrzanem b/c 100g (MLE, SOJ.) Buraczki oprószone (l) 100g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami b/c 250 ml
	PD	Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Ser żółty 20g (MLE) Sałata zielona 5g Jabłko 1 szt 1szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z soczewicy czerwonej 70g (MLE) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż brązowy na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z soczewicy czerwonej 40g (MLE) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 90g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 90g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100g (SEZ) Masło zawieść ORZ. Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 90g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna o zawartości 34% (60%) kubek 10g Szyzka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100g (GLUPSZ) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor b/skórki 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor b/skórki 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Mięso z szynki pieczone b/oli 80g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
Kataja	Mandarynka 150g	Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata zielona 5g	Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata zielona 5g	Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata zielona 5g	Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata zielona 5g	Chleb bezglutenowy 100g (SEZ) Masło zawieść ORZ. Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 90g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100g (SEZ) Masło zawieść ORZ. Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 90g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna o zawartości 34% (60%) kubek 10g Szyzka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor b/skórki 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Mięso z szynki pieczone b/oli 80g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	PN	Mandarynka 150g	Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata zielona 5g	Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata zielona 5g	Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata zielona 5g	Chleb razowy pszenno-żytni 30g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata zielona 5g	Chleb bezglutenowy 100g (SEZ) Masło zawieść ORZ. Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 90g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100g (SEZ) Masło zawieść ORZ. Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 90g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna o zawartości 34% (60%) kubek 10g Szyzka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 80g (SOJ) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor b/skórki 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Mięso z szynki pieczone b/oli 80g Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet zapekany drobiowy 80g (MLE) Pomidor 40g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2310.33 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 62.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 358.04 g; W tym cukry: 90.84 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 7.34 g	Wartość energetyczna: 2130.12 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 43.81 g; Kw. tł. nasy.: 13.76 g; Węglowodany ogółem: 343.48 g; W tym cukry: 91.76 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.24 g	Wartość energetyczna: 2854.76 kcal; Białko ogółem: 127.51 g; Tłuszcz: 81.54 g; Kw. tł. nasy.: 40.17 g; Węglowodany ogółem: 418.40 g; W tym cukry: 70.58 g; Błonnik pok.: 36.59 g; Sól: 11.63 g	Wartość energetyczna: 2130.12 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 43.81 g; Kw. tł. nasy.: 13.76 g; Węglowodany ogółem: 343.48 g; W tym cukry: 91.76 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.24 g	Wartość energetyczna: 2478.28 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.69 g; Węglowodany ogółem: 367.31 g; W tym cukry: 94.37 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 7.71 g	Wartość energetyczna: 1944.15 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 40.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 302.26 g; W tym cukry: 59.73 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 8.79 g	Wartość energetyczna: 2054.74 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 317.51 g; W tym cukry: 91.39 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 3.65 g	Wartość energetyczna: 2054.74 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 317.51 g; W tym cukry: 91.39 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 3.65 g	Wartość energetyczna: 1836.37 kcal; Białko ogółem: 86.35 g; Tłuszcz: 30.84 g; Kw. tł. nasy.: 6.92 g; Węglowodany ogółem: 330.49 g; W tym cukry: 57.97 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 8.95 g	Wartość energetyczna: 1868.18 kcal; Białko ogółem: 95.92 g; Tłuszcz: 22.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 344.00 g; W tym cukry: 92.04 g; Błonnik pok.: 22.73 g; Sól: 6.22 g	Wartość energetyczna: 2124.22 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; Tłuszcz: 43.21 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 341.11 g; W tym cukry: 90.04 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 3.91 g	Wartość energetyczna: 2163.97 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 47.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 391.98 g; W tym cukry: 106.04 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 5.02 g	Wartość energetyczna: 2573.97 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 69.62 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 341.11 g; W tym cukry: 90.04 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 5.02 g	Wartość energetyczna: 1594.07 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 33.82 g; Kw. tł. nasy.: 15.21 g; Węglowodany ogółem: 243.66 g; W tym cukry: 44.91 g; Błonnik pok.: 21.57 g; Sól: 6.43 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,