

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa		
2024-05-13 poniedziałek	Śniadanie	<p>Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osl.niejad 50 g Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g Pomidor 70 g Jablko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g</p>				<p>Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 70 g Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g</p>			
	II ŚN							<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pызdra szynekowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Pomidor 50 g</p>	
	Obiad	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Kieszonka z kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Sałatka z pomidora z jogurtem i szczypiorkiem 120 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotleci mielony drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sałatka z pomidora z jogurtem i szczypiorkiem 120 g (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Kieszonka z kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Sałatka z pomidora z jogurtem i szczypiorkiem 120 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotleci mielony drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Sałatka z pomidora z jogurtem i szczypiorkiem 120 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Kieszonka z kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z pomidora z jogurtem 120 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>			
	PD							Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g</p>				<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 60 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g</p>			
	PN								
		<p>Wartość energetyczna: 3026.09 kcal; Białko ogółem: 127.16 g; Tłuszcz: 88.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 440.27 g; W tym cukry: 107.21 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 10.37 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3188.64 kcal; Białko ogółem: 132.12 g; Tłuszcz: 99.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 449.22 g; W tym cukry: 105.37 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sól: 10.58 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2992.68 kcal; Białko ogółem: 126.67 g; Tłuszcz: 88.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 432.11 g; W tym cukry: 103.92 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 10.10 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3155.22 kcal; Białko ogółem: 131.63 g; Tłuszcz: 99.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 441.07 g; W tym cukry: 102.09 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 10.31 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2996.01 kcal; Białko ogółem: 128.39 g; Tłuszcz: 85.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 438.59 g; W tym cukry: 92.51 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 9.64 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3255.44 kcal; Białko ogółem: 140.77 g; Tłuszcz: 93.60 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 473.71 g; W tym cukry: 98.16 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 10.88 g;</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa	
2024-05-14 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g				Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml		
	II SN							Sok warzynno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pierogi z mięsem wieprzowym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ogórek kiszony 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Ogórek kiszony 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pierogi z mięsem wieprzowym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Ogórek kiszony 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Ogórek kiszony 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany () BBCCO 350 g (<u>MLE,</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pierogi z mięsem wieprzowym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml		
	PD							Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>) Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g		
PN								
	Wartość energetyczna: 2683.94 kcal; Białko ogółem: 131.33 g; Tłuszcz: 78.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 377.58 g; W tym cukry: 89.06 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sól: 9.65 g;	Wartość energetyczna: 2431.38 kcal; Białko ogółem: 118.10 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 342.26 g; W tym cukry: 89.57 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 10.13 g;	Wartość energetyczna: 2700.31 kcal; Białko ogółem: 131.06 g; Tłuszcz: 78.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 381.90 g; W tym cukry: 92.00 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2447.75 kcal; Białko ogółem: 117.83 g; Tłuszcz: 72.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 346.57 g; W tym cukry: 92.51 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 10.14 g;	Wartość energetyczna: 2917.52 kcal; Białko ogółem: 135.07 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 403.38 g; W tym cukry: 79.83 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 3374.92 kcal; Białko ogółem: 146.14 g; Tłuszcz: 100.50 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 485.44 g; W tym cukry: 121.58 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 9.48 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa
2024-05-15 środa	Śniadanie	<p>Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z brokulu i pomidora BBCCO 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g</p>				<p>Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z brokulu i pomidora - dieta BBCCO 150 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g</p>	
	II ŚN						
	Obiad	<p>Kapuśniak z kapusty białej* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Kapuśniak z kapusty białej* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gołąbek meksykański BBCCO 250 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gołąbek meksykański BBCCO 250 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Ziemniaczana* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	
	PD	<p>Banan 1szt. 1 szt</p>					
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g</p>				<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	
	PN	<p>Wartość energetyczna: 2776.06 kcal; Białko ogółem: 125.74 g; Tłuszcz: 80.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 401.52 g; W tym cukry: 94.26 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sól: 7.52 g;</p>					
		<p>Wartość energetyczna: 2835.22 kcal; Białko ogółem: 123.41 g; Tłuszcz: 83.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 415.01 g; W tym cukry: 104.32 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 7.61 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2685.19 kcal; Białko ogółem: 123.65 g; Tłuszcz: 73.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 396.14 g; W tym cukry: 90.95 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 7.65 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2744.35 kcal; Białko ogółem: 121.32 g; Tłuszcz: 76.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 409.63 g; W tym cukry: 101.01 g; Błonnik pok.: 30.90 g; Sól: 7.74 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2654.38 kcal; Białko ogółem: 123.86 g; Tłuszcz: 69.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 395.81 g; W tym cukry: 71.48 g; Błonnik pok.: 17.98 g; Sól: 7.26 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3341.38 kcal; Białko ogółem: 137.26 g; Tłuszcz: 84.02 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 525.11 g; W tym cukry: 113.98 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 7.97 g;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa	
2024-05-16 czwartek	Śniadanie	Lane ciasto na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u>) Schab gotowany 40 g Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g				Lane ciasto na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u>) Schab gotowany 40 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml		
	II ŚN							Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Krokiety z mięsem wieprzowym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Krokiety z mięsem wieprzowym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Warzywa pieczone z ziołami BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml		
	PD							Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 60 g Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 60 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 60 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Rolada z łopatki wieprzowej 60 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g	
	PN							
	Wartość energetyczna: 2778.86 kcal; Białko ogółem: 126.40 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.10 g; Węglowodany ogółem: 395.04 g; W tym cukry: 90.57 g; Błonnik pok.: 32.96 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2983.24 kcal; Białko ogółem: 135.24 g; Tłuszcz: 97.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 408.21 g; W tym cukry: 92.03 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2883.27 kcal; Białko ogółem: 132.69 g; Tłuszcz: 87.01 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 408.86 g; W tym cukry: 90.97 g; Błonnik pok.: 37.36 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 3087.65 kcal; Białko ogółem: 141.53 g; Tłuszcz: 101.32 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 422.03 g; W tym cukry: 92.43 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2593.04 kcal; Białko ogółem: 134.35 g; Tłuszcz: 72.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 360.81 g; W tym cukry: 68.65 g; Błonnik pok.: 18.17 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2829.14 kcal; Białko ogółem: 137.43 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 419.90 g; W tym cukry: 102.48 g; Błonnik pok.: 21.39 g; Sól: 8.22 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa		
2024-05-17 piątek	Śniadanie		Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni staropolski 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25g 1 szt Miód (25g) 1 szt Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5g				Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25g 1 szt Miód (25g) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	
	II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem () 120 g Ogórek kiszony 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) kotlety ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pieczarkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 120 g Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Ogórek kiszony 120 g Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) kotlety ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pieczarkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 120 g Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml			
	PD						Kocktaj wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (<u>RYB,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (<u>RYB,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)			
	PN								
		Wartość energetyczna: 2685.71 kcal; Białko ogółem: 123.64 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 406.73 g; W tym cukry: 107.36 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2941.95 kcal; Białko ogółem: 100.08 g; Tłuszcz: 86.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 458.96 g; W tym cukry: 109.40 g; Błonnik pok.: 36.35 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2546.50 kcal; Białko ogółem: 115.64 g; Tłuszcz: 66.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; Węglowodany ogółem: 384.93 g; W tym cukry: 106.80 g; Błonnik pok.: 28.26 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2802.75 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 82.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 437.17 g; W tym cukry: 108.84 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2567.37 kcal; Białko ogółem: 120.07 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 409.38 g; W tym cukry: 115.42 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 2998.08 kcal; Białko ogółem: 128.94 g; Tłuszcz: 62.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 494.91 g; W tym cukry: 164.25 g; Błonnik pok.: 23.15 g; Sól: 7.58 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa	
2024-05-18 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka meksykańska* 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka meksykańska* 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g			Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g		
	II SN							Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Babka ziemniaczna () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Surówka Coleslaw 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kartacze z cebulą i boczkiem* 300 g (<u>SOJ, SEL, GOR</u>) Surówka Coleslaw 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z dyni i marchwi *(0) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Babka ziemniaczna () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Surówka Coleslaw 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z dyni i marchwi *(0) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kartacze z cebulą i boczkiem* 300 g (<u>SOJ, SEL, GOR</u>) Surówka Coleslaw 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml		
	PD							Sok warzynno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Rzodkiewka 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Rzodkiewka 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Salata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
	PN							
		Wartość energetyczna: 2906.78 kcal; Białko ogółem: 104.31 g; Tłuszcz: 86.27 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 453.57 g; W tym cukry: 104.55 g; Błonnik pok.: 34.85 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2851.66 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 91.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 426.17 g; W tym cukry: 96.76 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2781.20 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 77.50 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 444.39 g; W tym cukry: 107.06 g; Błonnik pok.: 37.65 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 2800.87 kcal; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 90.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 417.06 g; W tym cukry: 99.33 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2486.46 kcal; Białko ogółem: 121.71 g; Tłuszcz: 68.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 367.23 g; W tym cukry: 75.17 g; Błonnik pok.: 18.31 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2729.66 kcal; Białko ogółem: 131.01 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw. tł. nasy.: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 410.23 g; W tym cukry: 83.42 g; Błonnik pok.: 18.86 g; Sól: 9.41 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa	
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	<p>Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jablko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g</p>				<p>Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g</p>		
	II SN							Mus z jabłek () z/c 150 g
	Obiad	<p>Krem z dyni (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kopytka ziemniaczane 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Klopsik z jelenia 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Krem z dyni (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kopytka ziemniaczane 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Bitka z dziczyzny 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kopytka ziemniaczane 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Klopsik z jelenia 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z dziczyzny 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kopytka ziemniaczane 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Krem z dyni (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kopytka ziemniaczane 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Klopsik z jelenia 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>		
	PD							<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>)</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g</p>				<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL,</u>) Salata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>		
	PN							
		<p>Wartość energetyczna: 2809.24 kcal; Białko ogółem: 128.46 g; Tłuszcz: 80.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 409.37 g; W tym cukry: 94.73 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 10.17 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2757.68 kcal; Białko ogółem: 128.78 g; Tłuszcz: 81.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 393.18 g; W tym cukry: 94.26 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 10.13 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2671.51 kcal; Białko ogółem: 126.55 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 396.71 g; W tym cukry: 94.55 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 9.94 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2619.95 kcal; Białko ogółem: 126.88 g; Tłuszcz: 73.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 380.53 g; W tym cukry: 94.07 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 9.90 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2800.18 kcal; Białko ogółem: 128.24 g; Tłuszcz: 81.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 402.96 g; W tym cukry: 77.28 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 10.30 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3110.91 kcal; Białko ogółem: 137.78 g; Tłuszcz: 87.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 467.35 g; W tym cukry: 99.77 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 10.71 g;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- BCO Podstawowa I	BIAŁ- BCO Podstawowa II	BIAŁ- BCO Podstawowa III	BIAŁ- BCO Podstawowa IV	BIAŁ- BCO Łatwo strawna	BIAŁ- BCO Bogatobiałkowa	
2024-05-20 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 70 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g
		II ŚN					
2024-05-20 poniedziałek	Obiad	Jarzynowa z makaronem *-podstawa 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Sałatka z papryki BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem *-podstawa 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Roladka drobiowa z marchewką 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Sałatka z papryki BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Koperkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Sałatka z papryki BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Koperkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Roladka drobiowa z marchewką 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Sałatka z papryki BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki oprószone 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	
		PD					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)
2024-05-20 poniedziałek	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет z dziczyzny 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 70 g Kawa z mlekiem instant 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Paszтет z dziczyzny 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 70 g Kawa z mlekiem instant 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Paszтет z dziczyzny 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 70 g Kawa z mlekiem instant 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет z dziczyzny 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 70 g Kawa z mlekiem instant 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет z dziczyzny 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 70 g Kawa z mlekiem instant 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет z dziczyzny 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 70 g Kawa z mlekiem instant 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
		PN					
		Wartość energetyczna: 3135.28 kcal; Białko ogółem: 131.44 g; Tłuszcz: 84.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 486.57 g; W tym cukry: 141.02 g; Błonnik pok.: 34.04 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2967.79 kcal; Białko ogółem: 138.69 g; Tłuszcz: 74.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 458.12 g; W tym cukry: 136.06 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 3156.02 kcal; Białko ogółem: 131.61 g; Tłuszcz: 84.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 491.15 g; W tym cukry: 140.54 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2988.53 kcal; Białko ogółem: 138.87 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 462.69 g; W tym cukry: 135.58 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2969.61 kcal; Białko ogółem: 132.98 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 475.31 g; W tym cukry: 113.17 g; Błonnik pok.: 21.77 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 3222.93 kcal; Białko ogółem: 143.08 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 514.73 g; W tym cukry: 141.87 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 9.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa	
2024-05-21 wtorek	Śniadanie	<p>Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Salatka z makaronu i tuńczyka () 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, GOR</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g</p>				<p>Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Salatka z makaronu i tuńczyka - dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g</p>		
	II SN							Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>)
	Obiad	<p>Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Roladka drobiowa z marchewką 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z pomidora z jogurtem i szczypiorkiem 120 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Salatka z pomidora z jogurtem i szczypiorkiem 120 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Krem z buraków 350 g (<u>SEL</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Roladka drobiowa z marchewką 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z pomidora z jogurtem i szczypiorkiem 120 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Krem z buraków 350 g (<u>SEL</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Salatka z pomidora z jogurtem i szczypiorkiem 120 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Roladka drobiowa z marchewką 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z pomidora z jogurtem 120 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>		
	PD							<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Papryka świeża 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g</p>				<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>		
PN								
	<p>Wartość energetyczna: 2553.68 kcal; Białko ogółem: 132.97 g; Tłuszcz: 69.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 360.24 g; W tym cukry: 89.10 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sól: 8.73 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2745.68 kcal; Białko ogółem: 132.14 g; Tłuszcz: 84.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 374.30 g; W tym cukry: 87.53 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 8.71 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2535.47 kcal; Białko ogółem: 127.65 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.31 g; Węglowodany ogółem: 357.21 g; W tym cukry: 101.55 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 8.58 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2727.48 kcal; Białko ogółem: 126.83 g; Tłuszcz: 86.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 371.26 g; W tym cukry: 99.99 g; Błonnik pok.: 32.59 g; Sól: 8.56 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2320.60 kcal; Białko ogółem: 123.81 g; Tłuszcz: 55.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; W tym cukry: 72.40 g; Błonnik pok.: 21.30 g; Sól: 8.09 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2715.48 kcal; Białko ogółem: 139.88 g; Tłuszcz: 69.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 397.32 g; W tym cukry: 91.71 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 9.18 g;</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa	
2024-05-22 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Pomidor 70 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Pomidor 70 g Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Pomidor 70 g Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g
	II SN						Pomarańcza 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
Obiad	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ</u>) Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ</u>) Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlet de'volaille 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Porowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ</u>) Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlet de'volaille 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Porowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ</u>) Kotlet de'volaille 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	
PD						Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	
Kolejacja		Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ogórek świeży 70 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z warzywami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g			Sałata zielona 30 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z warzywami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z warzywami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 40 g Sałata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
PN							
	Wartość energetyczna: 2983.57 kcal; Białko ogółem: 119.15 g; Tłuszcz: 101.60 g; Kw. tł. nasy.: 38.26 g; Węglowodany ogółem: 415.55 g; W tym cukry: 114.45 g; Błonnik pok.: 33.00 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2992.38 kcal; Białko ogółem: 117.35 g; Tłuszcz: 100.15 g; Kw. tł. nasy.: 37.95 g; Węglowodany ogółem: 422.15 g; W tym cukry: 113.95 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2869.58 kcal; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 94.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.85 g; Węglowodany ogółem: 405.34 g; W tym cukry: 119.87 g; Błonnik pok.: 37.04 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2863.00 kcal; Białko ogółem: 116.86 g; Tłuszcz: 93.07 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 407.91 g; W tym cukry: 119.75 g; Błonnik pok.: 37.01 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2815.42 kcal; Białko ogółem: 128.41 g; Tłuszcz: 90.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 385.84 g; W tym cukry: 70.47 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 3213.02 kcal; Białko ogółem: 140.36 g; Tłuszcz: 97.56 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 459.52 g; W tym cukry: 127.08 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 9.79 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa	
2024-05-23 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ser zółty 40 g (<u>MLE,</u>) Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g				Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE,</u>) Szyunka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g		
	II ŚN							Mus z jabłek () z/c 200 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z warzywami 160 g (<u>SEL,</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL,</u>) Marchew z groszkiem* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z warzywami 160 g (<u>SEL,</u>) Poledwiczki wieprzowe w sosie w/ 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL,</u>) Marchew z groszkiem* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z warzywami 160 g (<u>SEL,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL,</u>) Marchew z groszkiem* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z warzywami 160 g (<u>SEL,</u>) Poledwiczki wieprzowe w sosie w/ 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL,</u>) Marchew z groszkiem* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z warzywami 160 g (<u>SEL,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml		
	PD							Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Kawa z mlekami instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekami instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g		
	PN							
		Wartość energetyczna: 2765.89 kcal; Białko ogółem: 143.39 g; Tłuszcz: 92.96 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 365.54 g; W tym cukry: 94.18 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sól: 10.39 g;	Wartość energetyczna: 2581.10 kcal; Białko ogółem: 130.40 g; Tłuszcz: 78.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 363.80 g; W tym cukry: 93.90 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 10.07 g;	Wartość energetyczna: 2784.92 kcal; Białko ogółem: 144.11 g; Tłuszcz: 93.03 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 369.84 g; W tym cukry: 94.79 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2600.13 kcal; Białko ogółem: 131.12 g; Tłuszcz: 78.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 368.10 g; W tym cukry: 94.52 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2667.92 kcal; Białko ogółem: 139.16 g; Tłuszcz: 84.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 358.17 g; W tym cukry: 76.05 g; Błonnik pok.: 18.88 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 2885.82 kcal; Białko ogółem: 141.88 g; Tłuszcz: 86.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 408.43 g; W tym cukry: 92.03 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 11.08 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa	
2024-05-24 piątek	Sniadanie	<p>Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni staropolski 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Miód 25 g Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jablko 1 szt 1 szt Salata zielona 5 g</p>				<p>Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Miód 25 g Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt</p>		
	II SN							<p>Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g</p>
	Obiad	<p>Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba w cieście 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem 120 g Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Placki serniczki 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Żurek z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba w cieście 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem 120 g Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Żurek z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Placki serniczki 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Marchew pieczona w ziołach () BBOCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Marchew pieczona w ziołach () BBOCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	
	PD							Jablko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g</p>				<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g</p>		
PN								
		<p>Wartość energetyczna: 2920.43 kcal; Białko ogółem: 112.36 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 455.12 g; W tym cukry: 106.57 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 9.19 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3634.29 kcal; Białko ogółem: 141.97 g; Tłuszcz: 130.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 482.09 g; W tym cukry: 139.24 g; Błonnik pok.: 17.69 g; Sól: 7.53 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2947.63 kcal; Białko ogółem: 112.42 g; Tłuszcz: 78.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 462.59 g; W tym cukry: 106.74 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 9.41 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3661.48 kcal; Białko ogółem: 142.03 g; Tłuszcz: 130.54 g; Kw. tł. nasy.: 37.01 g; Węglowodany ogółem: 489.55 g; W tym cukry: 139.42 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 7.75 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2706.32 kcal; Białko ogółem: 120.11 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 440.39 g; W tym cukry: 127.16 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sól: 8.33 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3112.78 kcal; Białko ogółem: 132.35 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 520.42 g; W tym cukry: 172.43 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 8.34 g;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa		
2024-05-25 sobota	Sniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szyzka od szwagra-szyzka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g</p>				<p>Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Szyzka od szwagra-szyzka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g</p>			
	II SN							Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	
	Obiad	<p>Kalaforowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 160 g Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Kalaforowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 160 g Zraz zawiany z serem i szynką 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Szczawiowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Szczawiowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Zraz zawiany z serem i szynką 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Kalaforowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>			
	PD							Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	
	Kolejca	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szyzka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pasztet z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g</p>				<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szyzka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Galaretką drobiową z udzka kurczaka* 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>			
PN									
	<p>Wartość energetyczna: 2868.16 kcal; Białko ogółem: 121.13 g; Tłuszcz: 89.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 417.26 g; W tym cukry: 100.68 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sól: 7.98 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2781.66 kcal; Białko ogółem: 127.45 g; Tłuszcz: 82.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 405.58 g; W tym cukry: 100.99 g; Błonnik pok.: 34.04 g; Sól: 8.46 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2917.52 kcal; Białko ogółem: 122.05 g; Tłuszcz: 90.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 427.96 g; W tym cukry: 100.90 g; Błonnik pok.: 35.14 g; Sól: 8.70 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2831.02 kcal; Białko ogółem: 128.37 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 416.27 g; W tym cukry: 101.21 g; Błonnik pok.: 34.81 g; Sól: 9.18 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2641.55 kcal; Białko ogółem: 118.04 g; Tłuszcz: 81.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 375.34 g; W tym cukry: 71.36 g; Błonnik pok.: 17.25 g; Sól: 8.42 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2843.68 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 83.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 418.07 g; W tym cukry: 105.76 g; Błonnik pok.: 17.27 g; Sól: 8.57 g;</p>			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Podstawowa I	BIAL- BCO Podstawowa II	BIAL- BCO Podstawowa III	BIAL- BCO Podstawowa IV	BIAL- BCO Łatwo strawna	BIAL- BCO Bogatobiałkowa		
2024-05-26 niedziela	Śniadanie	<p>Kasza kuskus na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Jablko 1 szt 1 szt</p>				<p>Kasza kuskus na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml</p>			
	II ŚN	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>							
	Obiad	<p>Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Schab sous-vide 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka Colesław () 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Mizeria 120 g (<u>MLE,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Pieczeń rzymska wieprzowa z jajkiem 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Mizeria 120 g (<u>MLE,</u>) Surówka Colesław () 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Zupa chrzanowa () 350 ml (<u>MLE, SEL, SO2,</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Schab sous-vide 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa z jajkiem 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka Colesław () 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Mizeria 120 g (<u>MLE,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Zupa chrzanowa () 350 ml (<u>MLE, SEL, SO2,</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Pieczeń rzymska wieprzowa z jajkiem 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka Colesław () 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Mizeria 120 g (<u>MLE,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 160 g Schab sous-vide 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>			
	PD	<p>Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g</p>							
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g</p>				<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g</p>		<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g</p>	
	PN	<p>Wartość energetyczna: 2777.82 kcal; Białko ogółem: 129.74 g; Tłuszcz: 98.93 g; Kw. tł. nasy.: 39.22 g; Węglowodany ogółem: 355.00 g; W tym cukry: 97.35 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 8.48 g;</p>							
	<p>Wartość energetyczna: 2855.11 kcal; Białko ogółem: 118.98 g; Tłuszcz: 108.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.65 g; Węglowodany ogółem: 364.68 g; W tym cukry: 97.69 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 8.51 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2812.43 kcal; Białko ogółem: 130.66 g; Tłuszcz: 99.70 g; Kw. tł. nasy.: 39.15 g; Węglowodany ogółem: 359.62 g; W tym cukry: 98.23 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 8.69 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2911.01 kcal; Białko ogółem: 120.49 g; Tłuszcz: 108.83 g; Kw. tł. nasy.: 40.60 g; Węglowodany ogółem: 373.98 g; W tym cukry: 98.66 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 8.73 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2955.96 kcal; Białko ogółem: 131.12 g; Tłuszcz: 116.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.73 g; Węglowodany ogółem: 358.34 g; W tym cukry: 76.03 g; Błonnik pok.: 18.95 g; Sól: 8.96 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3311.49 kcal; Białko ogółem: 139.93 g; Tłuszcz: 120.17 g; Kw. tł. nasy.: 42.67 g; Węglowodany ogółem: 429.52 g; W tym cukry: 113.04 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sól: 9.27 g;</p>				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-13, poniedziałek	Śniadanie	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajecznica (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajecznica (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajecznica (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g
	II ŚN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Pomidor 50 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 20 g	Chleb tostowy pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kieszonka z kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Salatka z pomidora z jogurtem i szczypiorkiem 120 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kieszonka z kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Salatka z pomidorów i koperku 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kieszonka z kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kieszonka z kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kieszonka z kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Salatka z pomidorów i koperku 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kieszonka z kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z pomidorów i koperku 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Salata zielona 20 g		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g		
		Wartość energetyczna: 2782.69 kcal; Białko ogółem: 131.58 g; Tłuszcz: 92.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; W tym cukry: 59.42 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2635.16 kcal; Białko ogółem: 128.40 g; Tłuszcz: 88.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; W tym cukry: 43.86 g; Błonnik pok.: 34.34 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 3282.65 kcal; Białko ogółem: 140.14 g; Tłuszcz: 95.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 477.16 g; W tym cukry: 99.13 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 11.07 g;	Wartość energetyczna: 3750.32 kcal; Białko ogółem: 147.46 g; Tłuszcz: 99.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 576.39 g; W tym cukry: 105.94 g; Błonnik pok.: 31.25 g; Sól: 11.60 g;	Wartość energetyczna: 2845.66 kcal; Białko ogółem: 118.66 g; Tłuszcz: 84.73 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 418.80 g; W tym cukry: 58.71 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2680.42 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 80.20 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 391.01 g; W tym cukry: 56.28 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 9.05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-14 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II SN	Sok warzynno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt			Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g		
2024-05-14 wtorek	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi z mięsem wieprzowym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi z mięsem wieprzowym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany () BBCO 350 g (<u>MLE.</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pierogi z mięsem wieprzowym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany () BBCO 350 g (<u>MLE.</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryz na sypko 160 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi z mięsem wieprzowym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany () BBCO (b/mleka) 350 g Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pierogi z mięsem wieprzowym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony 120 g Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Mus z jabłek () z/c 150 g		
2024-05-14 wtorek	Kolacja	Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Rosół z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Filet z indyka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 40 g Salata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab gotowany 40 g Salata zielona 20 g		Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 40 g		
	Wartość energetyczna: 2573.88 kcal; Białko ogółem: 137.83 g; Tłuszcz: 79.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 340.18 g; W tym cukry: 52.75 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2432.99 kcal; Białko ogółem: 122.63 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 348.09 g; W tym cukry: 35.04 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 3523.42 kcal; Białko ogółem: 151.94 g; Tłuszcz: 99.48 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 519.79 g; W tym cukry: 121.83 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 3526.74 kcal; Białko ogółem: 155.89 g; Tłuszcz: 89.34 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 539.78 g; W tym cukry: 73.35 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2615.86 kcal; Białko ogółem: 115.57 g; Tłuszcz: 65.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 409.38 g; W tym cukry: 54.00 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2690.34 kcal; Białko ogółem: 112.67 g; Tłuszcz: 74.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 409.04 g; W tym cukry: 58.16 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 7.87 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-15 środa	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałatka z brokułu i pomidora BBCO 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z brokułu i pomidora BBCO (b/mleka) 150 g (<u>JAJ, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Filet z indyka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z brokułu i pomidora BBCO (b/mleka) 150 g (<u>JAJ, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z brokułu i pomidora - dieta BBCO (b/mleka) 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Makaron pełnoziarnisty 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Sałatka z papryki BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Sałatka z papryki BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ziemniaczana* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ziemniaczana* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ziemniaczana*(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt			Galaretką o smaku truskawkowym 200 g		
	Kolejca	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Salata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Rosół z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 20 g		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g		
		Wartość energetyczna: 2582.55 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 360.54 g; W tym cukry: 100.16 g; Błonnik pok.: 34.61 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2534.84 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 77.25 g; Kw. tł. nasy.: 17.70 g; Węglowodany ogółem: 380.17 g; W tym cukry: 79.11 g; Błonnik pok.: 38.12 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 3098.35 kcal; Białko ogółem: 124.82 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 499.56 g; W tym cukry: 138.10 g; Błonnik pok.: 18.88 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 3157.28 kcal; Białko ogółem: 135.49 g; Tłuszcz: 79.50 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 483.70 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2760.07 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 17.05 g; Węglowodany ogółem: 428.01 g; W tym cukry: 60.55 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2607.81 kcal; Białko ogółem: 99.51 g; Tłuszcz: 77.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.66 g; Węglowodany ogółem: 395.08 g; W tym cukry: 49.97 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 8.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-16 czwartek	Śniadanie	Lane ciasto na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab gotowany 40 g Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g	Lane ciasto na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab gotowany 40 g Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Schab gotowany 40 g Salata zielona 5 g	Lane ciasto na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab gotowany 40 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Lane ciasto na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Lane ciasto na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab gotowany 40 g Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Lane ciasto na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab gotowany 40 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II ŚN	Kisiel z truskawkami b/c* 200 ml Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.</u>)	Kisiel z truskawkami b/c* 200 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.</u>)			
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Warzywa pieczone z ziołami BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa pieczone z ziołami BBCCO 120 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa pieczone z ziołami BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa pieczone z ziołami BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 120 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa pieczone z ziołami BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	Kolacja	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Jogurt brzoskwiinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Salata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Salata zielona 20 g	Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 40 g			
	Wartość energetyczna: 2441.45 kcal; Białko ogółem: 128.69 g; Tłuszcz: 74.39 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 333.31 g; W tym cukry: 65.51 g; Błonnik pok.: 33.75 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2461.52 kcal; Białko ogółem: 129.41 g; Tłuszcz: 70.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.91 g; Węglowodany ogółem: 342.03 g; W tym cukry: 42.18 g; Błonnik pok.: 38.56 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2829.14 kcal; Białko ogółem: 137.43 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 419.90 g; W tym cukry: 102.48 g; Błonnik pok.: 21.39 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 3187.89 kcal; Białko ogółem: 148.05 g; Tłuszcz: 81.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 486.44 g; W tym cukry: 90.60 g; Błonnik pok.: 27.96 g; Sól: 9.21 g;	Wartość energetyczna: 2755.01 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 16.60 g; Węglowodany ogółem: 431.22 g; W tym cukry: 60.73 g; Błonnik pok.: 34.71 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2545.95 kcal; Białko ogółem: 119.85 g; Tłuszcz: 70.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 371.79 g; W tym cukry: 52.19 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 6.54 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żółądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-17 piątek	Śniadanie	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni staropolski 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g
	II ŚN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)			
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem () 120 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml		Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem () 120 g Ogórek kiszony 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Koktajl wielooowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Koktajl wielooowocowy* b/c 200 ml	Koktajl wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (<u>RYB.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (<u>RYB.</u>) Pasta z jaj (b/mleka) 60 g (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (<u>RYB.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL., MLE.</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (<u>RYB.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (<u>RYB.</u>) Pasta z jaj (b/mleka) 50 g (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (<u>RYB.</u>) Pasta z jaj (b/mleka) 50 g (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 25 g Sałata zielona 20 g		Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 40 g		
		Wartość energetyczna: 2703.93 kcal; Białko ogółem: 143.07 g; Tłuszcz: 98.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 327.24 g; W tym cukry: 61.04 g; Błonnik pok.: 38.51 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2335.25 kcal; Białko ogółem: 122.10 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 314.59 g; W tym cukry: 31.03 g; Błonnik pok.: 39.25 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 3050.05 kcal; Białko ogółem: 130.86 g; Tłuszcz: 64.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 501.20 g; W tym cukry: 170.51 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 3466.43 kcal; Białko ogółem: 142.04 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 580.62 g; W tym cukry: 158.24 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2745.18 kcal; Białko ogółem: 117.16 g; Tłuszcz: 77.29 g; Kw. tł. nasy.: 15.08 g; Węglowodany ogółem: 415.03 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 35.56 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2436.58 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 46.61 g; Kw. tł. nasy.: 12.53 g; Węglowodany ogółem: 422.37 g; W tym cukry: 99.18 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 7.01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żółądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-18 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka meksykańska* 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka meksykańska* 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałatka meksykańska* 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jogurt roślinny 1 szt	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka Coleslaw b/c 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Ogórek kiszony 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka Coleslaw (bez mleka) 120 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Ogórek kiszony 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml		Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka Coleslaw (bez mleka) 120 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Mus z jabłek () z/c 150 g			
	Kolejca	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Rzodkiewka 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 80 g Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 80 g Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 80 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 20 g		Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g		
	Wartość energetyczna: 2452.00 kcal; Białko ogółem: 120.94 g; Tłuszcz: 82.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 325.64 g; W tym cukry: 42.39 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 10.53 g;	Wartość energetyczna: 2284.38 kcal; Białko ogółem: 106.50 g; Tłuszcz: 73.05 g; Kw. tł. nasy.: 17.82 g; Węglowodany ogółem: 316.02 g; W tym cukry: 26.52 g; Błonnik pok.: 34.81 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2826.59 kcal; Białko ogółem: 131.55 g; Tłuszcz: 73.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 434.03 g; W tym cukry: 90.90 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 3169.64 kcal; Białko ogółem: 140.32 g; Tłuszcz: 77.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 501.69 g; W tym cukry: 76.36 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 10.30 g;	Wartość energetyczna: 2801.44 kcal; Białko ogółem: 110.59 g; Tłuszcz: 77.43 g; Kw. tł. nasy.: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 436.49 g; W tym cukry: 64.71 g; Błonnik pok.: 35.07 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2319.56 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 55.70 g; Kw. tł. nasy.: 15.79 g; Węglowodany ogółem: 366.36 g; W tym cukry: 53.25 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 9.23 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj (bez mleka) 60 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z koperkiem 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z koperkiem 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj (bez mleka) 60 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj (bez mleka) 60 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g
	II SN	Gruszka 1szt. 150 g	Mus z gruszek () b/c 150 g	Mus z jabłek () z/c 150 g			
	Obiad	Krem z dyni (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza gryczana 160 g Klopsik z jelenia 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krem z dyni (*) (b/mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kopytka ziemniaczane 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza gryczana 160 g Klopsik z jelenia 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krem z dyni (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kopytka ziemniaczane 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew pieczona w ziolach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Grycikowa* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew pieczona w ziolach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z dyni (*) (b/mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza gryczana 160 g Klopsik z jelenia 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z dyni (*) (b/mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kopytka ziemniaczane 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Klopsik z jelenia 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)			
	Kolacja	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona, z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL.</u>) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL.</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatk wieprzowej 50 g Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Rosół z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatk wieprzowej 50 g Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL.</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 20 g		Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatk wieprzowej 40 g		
	Wartość energetyczna: 2656.35 kcal; Białko ogółem: 128.50 g; Tłuszcz: 77.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 375.51 g; W tym cukry: 74.22 g; Błonnik pok.: 36.01 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2608.85 kcal; Białko ogółem: 115.27 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.29 g; Węglowodany ogółem: 397.82 g; W tym cukry: 64.43 g; Błonnik pok.: 42.92 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 3246.12 kcal; Białko ogółem: 133.48 g; Tłuszcz: 95.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 487.27 g; W tym cukry: 128.01 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 11.05 g;	Wartość energetyczna: 3091.99 kcal; Białko ogółem: 124.04 g; Tłuszcz: 88.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 470.17 g; W tym cukry: 106.60 g; Błonnik pok.: 32.90 g; Sól: 9.93 g;	Wartość energetyczna: 2779.77 kcal; Białko ogółem: 117.66 g; Tłuszcz: 70.30 g; Kw. tł. nasy.: 14.49 g; Węglowodany ogółem: 440.50 g; W tym cukry: 59.99 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 10.92 g;	Wartość energetyczna: 2629.63 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 70.15 g; Kw. tł. nasy.: 14.34 g; Węglowodany ogółem: 409.47 g; W tym cukry: 55.50 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 10.78 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątróbowa/Żołądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-20 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g Mus z jabłek () b/c 100 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj (b/mleka) 50 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 100 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj (b/mleka) 50 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj (b/mleka) 50 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g
	II ŚN	Mus z jabłek () b/c 200 g	Jogurt roślinny 1 szt	Mus z jabłek () z/c 200 g			
Obiad	Jarzynowa z makaronem *-podstawa 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki po francusku z olejem b/c () 120 g Salatka z papryki BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki po francusku z olejem b/c () 120 g Salatka z papryki BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE.</u>) Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki oprószone 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE.</u>) Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Salatka z papryki BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki oprószone 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			
Kolejacja	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z dziczyzny 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Paszтет z dziczyzny 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dżem 25 g 2 szt Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 60 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Filet z indyka gotowany 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Paszтет z dziczyzny 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dżem 25 g 2 szt Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 70 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Pomidor 50 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Pomidor 50 g		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g		
	Wartość energetyczna: 2738.89 kcal; Białko ogółem: 124.56 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 394.79 g; W tym cukry: 68.29 g; Błonnik pok.: 38.51 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2410.24 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 74.83 g; Kw. tł. nasy.: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 351.55 g; W tym cukry: 54.74 g; Błonnik pok.: 35.86 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 3184.20 kcal; Białko ogółem: 137.04 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 527.21 g; W tym cukry: 126.59 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 3539.69 kcal; Białko ogółem: 145.90 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 587.96 g; W tym cukry: 104.87 g; Błonnik pok.: 35.71 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2806.91 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; Węglowodany ogółem: 461.24 g; W tym cukry: 98.51 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sól: 9.48 g;	Wartość energetyczna: 2526.61 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 52.27 g; Kw. tł. nasy.: 15.23 g; Węglowodany ogółem: 433.46 g; W tym cukry: 83.29 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 8.86 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żółądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-21 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka z makaronu (pełnoziarnisty) i tuńczyka () 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, GOR.</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałatka z makaronu (pełnoziarnisty) i tuńczyka () (bez mleka) 150 g (<u>GLU PSZ, RYB.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałatka z makaronu i tuńczyka () (bez mleka) 150 g (<u>GLU PSZ, RYB.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta () (bez mleka) 150 g (<u>GLU PSZ, RYB.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g
	II SN	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Mus z jabłek () b/c 200 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>)	Mus z jabłek () z/c 200 g		
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Roladka drobiowa z marchewką 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z pomidora z jogurtem i szczypiorkiem 120 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Roladka drobiowa z marchewką 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Sałatka z pomidora i szczypiorkiem (z olejem) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Roladka drobiowa z marchewką 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Roladka drobiowa z marchewką 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z pomidora i szczypiorkiem (z olejem) 120 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Roladka drobiowa z marchewką 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z pomidora i szczypiorkiem (z olejem) 120 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Roladka drobiowa z marchewką 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Papryka świeża 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Pasta z jaj (b/mleka) 60 g (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Pasta z białek z natką pietruszki 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 40 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Pasta z jaj (b/mleka) 60 g (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Pasta z jaj (b/mleka) 60 g (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Sałata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Sałata zielona 20 g		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 40 g		
		Wartość energetyczna: 2570.77 kcal; Białko ogółem: 143.90 g; Tłuszcz: 82.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 324.48 g; W tym cukry: 50.89 g; Błonnik pok.: 31.65 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2666.23 kcal; Białko ogółem: 125.90 g; Tłuszcz: 90.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 353.28 g; W tym cukry: 23.17 g; Błonnik pok.: 40.26 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 2928.57 kcal; Białko ogółem: 147.85 g; Tłuszcz: 73.18 g; Kw. tł. nasy.: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 435.35 g; W tym cukry: 92.92 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 10.03 g;	Wartość energetyczna: 3270.31 kcal; Białko ogółem: 148.16 g; Tłuszcz: 79.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 506.14 g; W tym cukry: 97.40 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 2697.38 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 83.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 384.86 g; W tym cukry: 54.27 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2288.26 kcal; Białko ogółem: 105.10 g; Tłuszcz: 61.38 g; Kw. tł. nasy.: 14.08 g; Węglowodany ogółem: 343.14 g; W tym cukry: 47.66 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 7.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątróbowa/Żółądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-22 środa	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Pomidor 70 g Sałata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 80 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 80 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 80 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g
	II SN	Pomarańcza 150 g		Jabłko pieczone 150 g			
	Obiad	Krem z białych warzyw (b/mleka) 350 ml (<u>SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JEJCZ</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krem z białych warzyw (b/mleka) 350 ml (<u>SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JEJCZ</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JEJCZ</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krem z białych warzyw (b/mleka) 350 ml (<u>SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JEJCZ</u>) Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z białych warzyw (b/mleka) 350 ml (<u>SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JEJCZ</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Sok warzynno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		
	Kolejca	Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z warzywami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 40 g Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 40 g Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 40 g Sałata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 40 g Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 40 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g		Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 40 g		
		Wartość energetyczna: 2447.02 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 79.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 329.33 g; W tym cukry: 61.67 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2400.78 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 345.34 g; W tym cukry: 46.49 g; Błonnik pok.: 40.20 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 3050.63 kcal; Białko ogółem: 135.40 g; Tłuszcz: 86.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 447.10 g; W tym cukry: 120.67 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 3052.96 kcal; Białko ogółem: 143.65 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 474.51 g; W tym cukry: 96.10 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2773.51 kcal; Białko ogółem: 106.93 g; Tłuszcz: 81.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 423.16 g; W tym cukry: 62.39 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2632.45 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 72.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.71 g; Węglowodany ogółem: 405.05 g; W tym cukry: 60.55 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 8.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna
Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g
II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Mus z jabłek () z/c 200 g			
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z warzywami 160 g (<u>SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi b/c () 120 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż z warzywami 160 g (<u>SEL.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi b/c () (b/mleka) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z warzywami 160 g (<u>SEL.</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż z warzywami 160 g (<u>SEL.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Marchew z groszkiem* 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż z warzywami 160 g (<u>SEL.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
PD	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Galaretko o smaku truskawkowym 200 g			
Kolejca	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Rosół z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g
PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 20 g		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g		
	Wartość energetyczna: 2432.07 kcal; Białko ogółem: 135.90 g; Tłuszcz: 92.88 g; Kw. tł. nasy.: 39.85 g; Węglowodany ogółem: 289.53 g; W tym cukry: 65.85 g; Błonnik pok.: 34.04 g; Sól: 11.23 g;	Wartość energetyczna: 2143.25 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 62.77 g; Kw. tł. nasy.: 17.83 g; Węglowodany ogółem: 305.09 g; W tym cukry: 50.11 g; Błonnik pok.: 39.68 g; Sól: 12.50 g;	Wartość energetyczna: 2889.58 kcal; Białko ogółem: 141.75 g; Tłuszcz: 86.70 g; Kw. tł. nasy.: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 409.65 g; W tym cukry: 94.45 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 3330.32 kcal; Białko ogółem: 150.82 g; Tłuszcz: 88.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 504.70 g; W tym cukry: 70.16 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 2544.17 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 62.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 401.82 g; W tym cukry: 60.40 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sól: 12.12 g;	Wartość energetyczna: 2390.33 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 61.99 g; Kw. tł. nasy.: 16.79 g; Węglowodany ogółem: 367.08 g; W tym cukry: 52.79 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 11.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Sałata zielona 5 g Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba w galarecie (Morszczuk) () 130 g (<u>RYB.</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Sałata zielona 5 g Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>)	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód 25 g Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ryba faszerowana (miruna) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni staropolski 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba w galarecie (Morszczuk) () 130 g (<u>RYB.</u>) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba w galarecie (Morszczuk) () 130 g (<u>RYB.</u>) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt
	II SN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem 120 g Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Gruszka 1szt. 150 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	Kolacja	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB.</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL., MLE.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB.</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ryba faszerowana (miruna) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ogórek świeży 50 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ryba faszerowana (miruna) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>)		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 40 g		
	Wartość energetyczna: 2557.72 kcal; Białko ogółem: 131.48 g; Tłuszcz: 77.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.10 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; W tym cukry: 82.35 g; Błonnik pok.: 33.26 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2502.70 kcal; Białko ogółem: 128.00 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 14.59 g; Węglowodany ogółem: 356.16 g; W tym cukry: 64.07 g; Błonnik pok.: 39.21 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 3213.68 kcal; Białko ogółem: 141.22 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; Węglowodany ogółem: 521.65 g; W tym cukry: 172.93 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 3110.22 kcal; Białko ogółem: 156.72 g; Tłuszcz: 74.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 466.81 g; W tym cukry: 83.20 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2443.22 kcal; Białko ogółem: 121.10 g; Tłuszcz: 51.17 g; Kw. tł. nasy.: 12.30 g; Węglowodany ogółem: 392.53 g; W tym cukry: 67.66 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 7.57 g;	Wartość energetyczna: 2528.84 kcal; Białko ogółem: 117.09 g; Tłuszcz: 50.24 g; Kw. tł. nasy.: 12.35 g; Węglowodany ogółem: 422.37 g; W tym cukry: 111.80 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 7.20 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żółądkowa	BIAL- BCO Poresekcyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-25 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 50 g Pasta z jaj ze szczypiorkiem (b/mleka) 50 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Salata zielona 5 g	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 50 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 50 g Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 50 g Pasta z jaj (b/mleka) 60 g (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 50 g Pasta z jaj ze szczypiorkiem (b/mleka) 50 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g
	II SN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Jogurt roślinny 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 160 g Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 160 g Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml			
	Kolejca	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 60 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 60 g (<u>SEL.</u>) Filet z indyka gotowany 60 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 70 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 60 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Pomidor 50 g		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 40 g		
	Wartość energetyczna: 2515.49 kcal; Białko ogółem: 120.57 g; Tłuszcz: 93.95 g; Kw. tł. nasy.: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 314.77 g; W tym cukry: 53.25 g; Błonnik pok.: 35.16 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2467.25 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 85.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 340.15 g; W tym cukry: 40.70 g; Błonnik pok.: 41.33 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2917.63 kcal; Białko ogółem: 122.66 g; Tłuszcz: 83.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 435.90 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 3435.78 kcal; Białko ogółem: 141.92 g; Tłuszcz: 98.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 510.12 g; W tym cukry: 92.73 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2961.80 kcal; Białko ogółem: 113.63 g; Tłuszcz: 89.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 449.31 g; W tym cukry: 64.84 g; Błonnik pok.: 36.36 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2694.60 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 80.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 398.52 g; W tym cukry: 48.78 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 9.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Cukrzycowa	BIAL- BCO Cukrzycowa bezmleczna	BIAL- BCO Wątróbowa/Żółądkowa	BIAL- BCO Poresekccyjna/Trzustkowa	BIAL- BCO Bezmleczna podstawowa	BIAL- BCO Bezmleczna łatwo strawna	
2024-05-26 niedziela	Śniadanie	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą (b/mleka) 50 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Kasza kuskus na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta (b/mleka) 50 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą (b/mleka) 50 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 160 g Schab sous-vide 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka Coleslaw b/c () 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 160 g Schab sous-vide 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka Coleslaw (bez mleka) () 120 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 160 g Schab sous-vide 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 160 g Schab sous-vide 100 g Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Schab sous-vide 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka Coleslaw (bez mleka) () 120 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 160 g Schab sous-vide 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g			
	Kolejca	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatką wieprzowej 70 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rolada z łopatką wieprzowej 70 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatką wieprzowej 100 g Pomidor 70 g Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g
	PN	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Sałata zielona 20 g		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 40 g		
	Wartość energetyczna: 2846.07 kcal; Białko ogółem: 128.29 g; Tłuszcz: 123.13 g; Kw. tł. nasy.: 42.78 g; Węglowodany ogółem: 317.18 g; W tym cukry: 64.48 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2923.61 kcal; Białko ogółem: 122.90 g; Tłuszcz: 123.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 347.62 g; W tym cukry: 46.15 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 3091.41 kcal; Białko ogółem: 136.02 g; Tłuszcz: 97.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 430.27 g; W tym cukry: 113.56 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 3298.04 kcal; Białko ogółem: 142.35 g; Tłuszcz: 82.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 510.09 g; W tym cukry: 103.89 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 3039.10 kcal; Białko ogółem: 118.79 g; Tłuszcz: 121.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 386.34 g; W tym cukry: 61.05 g; Błonnik pok.: 29.50 g; Sól: 10.29 g;	Wartość energetyczna: 2839.36 kcal; Białko ogółem: 111.04 g; Tłuszcz: 112.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 362.21 g; W tym cukry: 51.33 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 8.58 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Bezglutenowa	BIAL- BCO Vegetariańska	BIAL- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- BCO Vegetariańska bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa bezmleczna	BIAL- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona	
2024-05-13 poniedziałek	Śniadanie	Platki ryżowe błyskawiczne na mleku 350 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajecznicza (z 2 jajek) kl M 100 g (JAJ, MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Makaron na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 70 g Naleśniki z serem 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Naleśniki z dżemem truskawkowym 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Hummus 60 g (SEZ.) Pasta warzywna* 60 g (SEL.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Makaron na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajecznicza (z 2 jajek) kl M 100 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II ŚN	Chleb bezglutenowy 50 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Pomidor 50 g		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 20 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) * 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 160 g Kieszonka z kurczaka z warzywami (bez glutenu) 150 g (SEL.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety z ciecierzycy () 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza kuskus/sypko 160 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Salatka z pomidora z jogurtem i szczypiorkiem 120 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 160 g (GLU PSZ, JAJ.) Kotlety z ciecierzycy () 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew oprószana z olejem 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety z ciecierzycy () 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza kuskus/sypko 160 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Salatka z pomidorów i koperku 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 160 g (GLU PSZ, JAJ.) Kieszonka z kurczaka z warzywami 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 160 g (MLE.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Rolada z łopatkı wieprzowej 60 g Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajecznicza (z 2 jajek) kl M 100 g (JAJ, MLE.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE.) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Rolada z łopatkı wieprzowej 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajecznicza (z 2 jajek) kl M 100 g (JAJ.) Pasztet z soczewicy * 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Rolada z łopatkı wieprzowej 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Rolada z łopatkı wieprzowej 60 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)
	PN						
	Wartość energetyczna: 2695.93 kcal; Białko ogółem: 106.50 g; Tłuszcz: 107.75 g; Kw. tł. nasy.: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 328.50 g; W tym cukry: 73.73 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 3292.38 kcal; Białko ogółem: 120.63 g; Tłuszcz: 113.03 g; Kw. tł. nasy.: 43.43 g; Węglowodany ogółem: 456.53 g; W tym cukry: 94.12 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2890.80 kcal; Białko ogółem: 87.98 g; Tłuszcz: 84.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 452.53 g; W tym cukry: 123.59 g; Błonnik pok.: 35.59 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2957.69 kcal; Białko ogółem: 83.95 g; Tłuszcz: 102.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.67 g; Węglowodany ogółem: 435.89 g; W tym cukry: 59.81 g; Błonnik pok.: 39.63 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2925.42 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 463.79 g; W tym cukry: 89.47 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 11.01 g;	Wartość energetyczna: 2989.30 kcal; Białko ogółem: 132.77 g; Tłuszcz: 88.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 426.64 g; W tym cukry: 102.64 g; Błonnik pok.: 18.92 g; Sól: 10.54 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- BCO Bezglutenowa	BIAŁ- BCO Wegetariańska	BIAŁ- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAŁ- BCO Wegetariańska bezmleczna	BIAŁ- BCO Wątrobowa/Zołądkowa bezmleczna	BIAŁ- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona
2024-05-14 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Pasztet wegetariański () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z soczewicy czerwonej 40 g Pasztet wegetariański () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II SN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g		Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () (bez glutenu) 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi ze szpinakiem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany () BBCCO 350 g (<u>MLE</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Pierogi ze szpinakiem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Buraćki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pierogi ze szpinakiem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany (bez mleka) () BBCCO 350 g Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Pierogi z mięsem wieprzowym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Buraćki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany () BBCCO 350 g (<u>MLE</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Buraćki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		Mus z jabłek () z/c 150 g		Mus z jabłek () z/c 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Pomidor 70 g Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	PN						
		Wartość energetyczna: 2325.97 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 303.70 g; W tym cukry: 80.80 g; Błonnik pok.: 13.66 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2863.53 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 105.44 g; Kw. tł. nasy.: 49.42 g; Węglowodany ogółem: 388.49 g; W tym cukry: 79.92 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2582.33 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz: 90.04 g; Kw. tł. nasy.: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 386.37 g; W tym cukry: 66.48 g; Błonnik pok.: 34.54 g; Sól: 5.08 g;	Wartość energetyczna: 2580.17 kcal; Białko ogółem: 80.43 g; Tłuszcz: 77.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 408.99 g; W tym cukry: 60.12 g; Błonnik pok.: 39.40 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 3011.76 kcal; Białko ogółem: 119.61 g; Tłuszcz: 74.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 485.38 g; W tym cukry: 65.89 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 9.99 g;	Wartość energetyczna: 3090.50 kcal; Białko ogółem: 133.93 g; Tłuszcz: 90.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 451.42 g; W tym cukry: 105.89 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 10.63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- BCO Bezglutenowa	BIAŁ- BCO Wegetariańska	BIAŁ- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAŁ- BCO Wegetariańska bezmleczna	BIAŁ- BCO Wątrobowa/Żołądkowa bezmleczna	BIAŁ- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona	
2024-05-15 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z brokułu i pomidora BBCO 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Sałatka z brokułu i pomidora BBCO 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałatka z brokułu i pomidora - dieta BBCO 150 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Paszetki z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sałatka z brokułu i pomidora BBCO (b/mleka) 150 g (<u>JAJ, GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Filet z indyka gotowany 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Filet z indyka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
		II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)
2024-05-15 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej (bez glutenu)* 350 ml (<u>SEL</u>) Makaron bezglutenowy 160 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 120 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kumpot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Kotlety z brokuła* 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kumpot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlety z brokuła* 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kumpot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Kotlety z brokuła* 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kumpot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kumpot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kumpot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
		PD	Banan 1szt. 1 szt		Galaretko o smaku truskawkowym 200 g		Banan 1szt. 1 szt
2024-05-15 środa	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z soczewicy czerwonej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
		PN					
		Wartość energetyczna: 2628.02 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 82.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 380.21 g; W tym cukry: 133.46 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 2658.78 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 100.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 360.59 g; W tym cukry: 82.28 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2385.63 kcal; Białko ogółem: 61.67 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 405.94 g; W tym cukry: 85.59 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sól: 3.73 g;	Wartość energetyczna: 2522.49 kcal; Białko ogółem: 71.84 g; Tłuszcz: 83.44 g; Kw. tł. nasy.: 14.91 g; Węglowodany ogółem: 394.60 g; W tym cukry: 64.29 g; Błonnik pok.: 38.24 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 3050.86 kcal; Białko ogółem: 119.37 g; Tłuszcz: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 15.53 g; Węglowodany ogółem: 502.07 g; W tym cukry: 118.73 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 3394.63 kcal; Białko ogółem: 151.77 g; Tłuszcz: 82.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 527.93 g; W tym cukry: 112.19 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 8.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- BCO Bezglutenowa	BIAŁ- BCO Wegetariańska	BIAŁ- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAŁ- BCO Wegetariańska bezmleczna	BIAŁ- BCO Wątrobowa/Zołądkowa bezmleczna	BIAŁ- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona	
2024-05-16 czwartek	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Schab gotowany 40 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Lane ciasto na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Lane ciasto na warzawie jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Dżem 25 g 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Lane ciasto na warzawie jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Dżem 25 g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Lane ciasto na warzawie jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Schab gotowany 40 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Lane ciasto na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II ŚN	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml Wafle ryżowe 30 g		Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)		Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlet z jaj 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kaszotto jeżynienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Warzywa pieczone z ziołami BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlet z jaj 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 120 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Warzywa pieczone z ziołami BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Warzywa pieczone z ziołami BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt		Mus z jabłek () z/c 150 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mus z jabłek () z/c 150 g
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Hummus 60 g (<u>SEZ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 30 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Hummus 60 g (<u>SEZ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Hummus 60 g (<u>SEZ</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Ryż na warzawie jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	PN						
	Wartość energetyczna: 2380.50 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 70.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 339.67 g; W tym cukry: 90.54 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 3036.53 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 109.79 g; Kw. tł. nasy.: 40.83 g; Węglowodany ogółem: 411.03 g; W tym cukry: 74.73 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2302.67 kcal; Białko ogółem: 54.49 g; Tłuszcz: 66.57 g; Kw. tł. nasy.: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 399.38 g; W tym cukry: 111.31 g; Błonnik pok.: 33.82 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 2763.18 kcal; Białko ogółem: 86.54 g; Tłuszcz: 83.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 431.38 g; W tym cukry: 67.29 g; Błonnik pok.: 32.59 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2785.65 kcal; Białko ogółem: 123.07 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; Węglowodany ogółem: 431.64 g; W tym cukry: 77.32 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2980.62 kcal; Białko ogółem: 127.82 g; Tłuszcz: 81.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 456.16 g; W tym cukry: 94.65 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 8.56 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Bezglutenowa	BIAL- BCO Vegetariańska	BIAL- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- BCO Vegetariańska bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa bezmleczna	BIAL- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona
Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Hummus 50 g (SEZ.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni staropolski 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Hummus 50 g (SEZ.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni staropolski 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Hummus 50 g (SEZ.) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g
Obiad	Ryżowa* 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB.) Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB.) Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem () 120 g Ogórek kiszony 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 350 ml (SEL, GLU JECZ.) kotlety ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB.) Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem () 120 g Ogórek kiszony 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB.) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.)		Koktajl wieloowocowy* 200 ml (MLE.)		Koktajl wieloowocowy*(b/mleka) 200 ml
Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (RYB.) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (RYB.) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (RYB.) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.) Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (RYB.) Pasta z jaj (b/mleka) 50 g (JAJ.) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (RYB.) Pasta z białek z natką pietruszki (b/mleka) 50 g (JAJ.) Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (RYB.) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)
	PN					
	Wartość energetyczna: 2533.78 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 83.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 358.55 g; W tym cukry: 132.08 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 3.20 g;	Wartość energetyczna: 2794.59 kcal; Białko ogółem: 130.87 g; Tłuszcz: 93.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 370.32 g; W tym cukry: 83.92 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2584.74 kcal; Białko ogółem: 66.23 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 448.65 g; W tym cukry: 157.37 g; Błonnik pok.: 31.62 g; Sól: 3.63 g;	Wartość energetyczna: 2592.07 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 385.36 g; W tym cukry: 63.52 g; Błonnik pok.: 35.29 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2797.48 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 49.91 g; Kw. tł. nasy.: 13.47 g; Węglowodany ogółem: 499.69 g; W tym cukry: 141.91 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 3002.99 kcal; Białko ogółem: 129.11 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 492.35 g; W tym cukry: 132.37 g; Błonnik pok.: 19.81 g; Sól: 7.78 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- BCO Bezglutenowa	BIAŁ- BCO Wegetariańska	BIAŁ- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAŁ- BCO Wegetariańska bezmleczna	BIAŁ- BCO Wątrobowa/Żołądkowa bezmleczna	BIAŁ- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona	
2024-05-18 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka z ryżu- meksykańska 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Sałatka meksykańska* 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II SN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		Jogurt roślinny 1 szt	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Babka ziemniaczna () 300 g (<u>JAJ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Surówka Coleslaw 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Babka ziemniaczna () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka Coleslaw 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Surówka Coleslaw 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Babka ziemniaczna () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka Coleslaw 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kotlety z brokula* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 120 g (<u>JAJ, GOR</u>) Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Mus z jabłek () z/c 150 g		Mus z jabłek () z/c 150 g	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt
	Kolejca	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 80 g Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Rzodkiewka 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 60 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Rzodkiewka 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 80 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	PN						
	Wartość energetyczna: 2651.04 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 83.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 391.42 g; W tym cukry: 85.61 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 3057.07 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 95.59 g; Kw. tł. nasy.: 34.73 g; Węglowodany ogółem: 464.03 g; W tym cukry: 95.23 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2240.70 kcal; Białko ogółem: 58.26 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 387.45 g; W tym cukry: 97.35 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2662.74 kcal; Białko ogółem: 64.38 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 14.08 g; Węglowodany ogółem: 425.29 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 36.47 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 399.25 g; W tym cukry: 60.73 g; Błonnik pok.: 28.53 g; Sól: 9.24 g;	Wartość energetyczna: 2702.56 kcal; Białko ogółem: 128.55 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 409.16 g; W tym cukry: 82.00 g; Błonnik pok.: 18.78 g; Sól: 9.44 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Bezglutenowa	BIAL- BCO Vegetariańska	BIAL- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- BCO Vegetariańska bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa bezmleczna	BIAL- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona		
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Dżem 25 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Naleśniki z dżemem truskawkowym 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj (bez mleka) 60 g (<u>JAJ</u>) Dżem 25 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z białek z koperkami (bez mleka) 60 g (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	
	II SN	Gruszka 1szt. 150 g		Mus z gruszek () z/c 150 g		Mus z gruszek () z/c 150 g		
	Obiad	Krem z dyni (*) b/glutenu 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Klopsik z jelenia (bez glutenu) 120 g (<u>JAJ</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (<u>MLE</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z dyni (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kopytka ziemniaczane 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) warzywami vegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z dyni (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kopytka ziemniaczane 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z dyni (*) (b/mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami vegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z dyni (*) (b/mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kopytka ziemniaczane 160 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew pieczona w ziołach (I)BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z dyni (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew pieczona w ziołach (I)BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)	
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 60 g (<u>SEL</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona z dod.wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	PN							
	Wartość energetyczna: 2370.57 kcal; Białko ogółem: 92.01 g; Tłuszcz: 74.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 337.81 g; W tym cukry: 98.60 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2822.93 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 42.39 g; Węglowodany ogółem: 409.18 g; W tym cukry: 92.28 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2569.35 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 69.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 437.87 g; W tym cukry: 134.83 g; Błonnik pok.: 32.86 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2502.63 kcal; Białko ogółem: 69.20 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 13.83 g; Węglowodany ogółem: 426.01 g; W tym cukry: 70.91 g; Błonnik pok.: 40.18 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 3140.25 kcal; Białko ogółem: 115.62 g; Tłuszcz: 85.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 498.82 g; W tym cukry: 118.50 g; Błonnik pok.: 35.22 g; Sól: 10.39 g;	Wartość energetyczna: 3068.30 kcal; Białko ogółem: 133.41 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 471.26 g; W tym cukry: 122.46 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 10.88 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Bezglutenowa	BIAL- BCO Vegetariańska	BIAL- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- BCO Vegetariańska bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowia/Zołądkowa bezmleczna	BIAL- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona	
2024-05-20 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Naleśniki z serem 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Naleśniki z dżemem truskawkowym 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Pasta z jaj (b/mleka) 50 g (<u>JAJ</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z białek z natką pietruszki (b/mleka) 60 g (<u>JAJ</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II ŚN	Mus z jabłek () z/c 200 g		Mus z jabłek () z/c 200 g		Mus z jabłek () z/c 200 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu)* 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Buraczki po francusku z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gołąbki jarskie bez zawijania 200 g (<u>JAJ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Salatka z papryki BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki oprószane 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gołąbki jarskie bez zawijania 200 g (<u>JAJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki po francusku z olejem () 120 g Salatka z papryki BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki oprószane 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki oprószane 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Bułka pszenna długa krojona 65 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 20 g Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 60 g Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Ogórek kiszony 70 g Kawa z mlekiem instant 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Dżem 25 g 2 szt Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasztet vegetariański () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Dżem 25 g 2 szt Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 60 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet z indyka gotowany 60 g Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Kawa z mlekiem instant 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	PN						
	Wartość energetyczna: 2382.67 kcal; Białko ogółem: 88.17 g; Tłuszcz: 74.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 350.56 g; W tym cukry: 93.69 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 3382.28 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 101.42 g; Kw. tł. nasy.: 42.71 g; Węglowodany ogółem: 526.59 g; W tym cukry: 132.34 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2709.72 kcal; Białko ogółem: 71.93 g; Tłuszcz: 52.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 504.61 g; W tym cukry: 139.63 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 2787.34 kcal; Białko ogółem: 72.24 g; Tłuszcz: 71.70 g; Kw. tł. nasy.: 14.02 g; Węglowodany ogółem: 485.66 g; W tym cukry: 99.75 g; Błonnik pok.: 35.64 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2981.55 kcal; Białko ogółem: 128.35 g; Tłuszcz: 61.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 500.73 g; W tym cukry: 84.58 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2947.91 kcal; Białko ogółem: 135.85 g; Tłuszcz: 65.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 472.13 g; W tym cukry: 123.20 g; Błonnik pok.: 18.26 g; Sól: 8.03 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Bezglutenowa	BIAL- BCO Wegetariańska	BIAL- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- BCO Wegetariańska bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowia/Zołądkowa bezmleczna	BIAL- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona
2024-05-21 wtorek	Śniadanie	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet z indyka gotowany 80 g Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Naleśniki z hummusem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEZ.</u>) Sałatka z makaronu i tuńczyka () 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Naleśniki z warzywami 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Naleśniki z hummusem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEZ.</u>) Sałatka z makaronu i tuńczyka () (bez mleka) 150 g (<u>GLU PSZ, RYB.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta () (bez mleka) 150 g (<u>GLU PSZ, RYB.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salata zielona 30g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z makaronu i tuńczyka () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, GOR.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II SN	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>)		Mus z jabłek () z/c 200 g		Mus z jabłek () z/c 150 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Roladka drobiowa z marchewką (b/glutenu) 150 g Sałatka z pomidora z jogurtem 120 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi ze szpinakiem * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sałatka z pomidora z jogurtem i szczypiorkiem 120 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi ze szpinakiem * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi ze szpinakiem * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sałatka z pomidora i szczypiorkiem (z olejem) 120 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Roladka drobiowa z marchewką 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE.</u>) Pulpet drobiowy z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 40 g (<u>SEL.</u>) Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj (b/mleka) 60 g (<u>JAJ.</u>) Pasta z brokula * 40 g Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyszdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Pasta z białek z natką pietruszki (b/mleka) 60 g (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pyszdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	PN						
		Wartość energetyczna: 2172.89 kcal; Białko ogółem: 96.38 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 310.70 g; W tym cukry: 96.81 g; Błonnik pok.: 17.17 g; Sól: 2.66 g;	Wartość energetyczna: 3408.25 kcal; Białko ogółem: 132.38 g; Tłuszcz: 107.76 g; Kw. tł. nasy.: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 480.90 g; W tym cukry: 77.52 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2628.59 kcal; Białko ogółem: 71.28 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 462.07 g; W tym cukry: 115.55 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 3193.67 kcal; Białko ogółem: 100.13 g; Tłuszcz: 101.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 478.15 g; W tym cukry: 54.47 g; Błonnik pok.: 35.39 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2858.02 kcal; Białko ogółem: 121.85 g; Tłuszcz: 75.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 444.62 g; W tym cukry: 60.78 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2897.14 kcal; Białko ogółem: 128.33 g; Tłuszcz: 68.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 455.88 g; W tym cukry: 117.81 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 9.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Bezglutenowa	BIAL- BCO Vegetariańska	BIAL- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- BCO Vegetariańska bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa bezmleczna	BIAL- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona	
2024-05-22 środa	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Naleśniki z dżemem truskawkowym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Hummus 80 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzona 80 g Pomidor b/śkórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet szeffa z dodatkiem białka sojowego 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II SN	Pomarańcza 150 g		Pomarańcza 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)
	Obiad	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Karczek pieczony (bez glutenu) 100 g Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami vegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JEJCZ</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka 120 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z białych warzyw (b/mleka) 350 ml (<u>SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami vegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JEJCZ</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z białych warzyw (b/mleka) 350 ml (<u>SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JEJCZ</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z warzywami 60 g (<u>MLE</u>) Filet z indyka gotowany 40 g Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek z warzywami 60 g (<u>MLE</u>) Pasta warzywna* 40 g (<u>SEL</u>) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta warzywna* 40 g (<u>SEL</u>) Szynka od zwągra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 40 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z soczewicy czerwoną 60 g Pasta warzywna* 40 g (<u>SEL</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL</u>) Szynka od zwągra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 40 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka od zwągra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	PN						
	Wartość energetyczna: 2282.33 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 81.28 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 301.49 g; W tym cukry: 94.97 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sól: 2.26 g;	Wartość energetyczna: 2777.05 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; Węglowodany ogółem: 432.54 g; W tym cukry: 117.35 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 2343.61 kcal; Białko ogółem: 75.63 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 16.61 g; Węglowodany ogółem: 370.89 g; W tym cukry: 124.60 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 4.22 g;	Wartość energetyczna: 2766.24 kcal; Białko ogółem: 68.22 g; Tłuszcz: 82.46 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 460.43 g; W tym cukry: 68.59 g; Błonnik pok.: 39.37 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2820.98 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 73.47 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; Węglowodany ogółem: 451.59 g; W tym cukry: 97.73 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 3196.83 kcal; Białko ogółem: 132.37 g; Tłuszcz: 94.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 469.74 g; W tym cukry: 127.36 g; Błonnik pok.: 23.68 g; Sól: 10.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- BCO Bezglutenowa	BIAŁ- BCO Wegetariańska	BIAŁ- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAŁ- BCO Wegetariańska bezmleczna	BIAŁ- BCO Wątrobowa/Żołądkowa bezmleczna	BIAŁ- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z ciecierzycy z warzywami* 70 g (<u>SEL</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
II ŚN	Mus z jabłek () z/c 200 g		Mus z jabłek () z/c 200 g		Mus z jabłek () z/c 200 g	
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (bez glutenu)* 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż z warzywami 160 g (<u>SEL</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (<u>MLE</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Marchew z groszkiem* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi ze szpinakiem * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew z groszkiem* 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 160 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pierogi ze szpinakiem * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew z groszkiem* 120 g Surówka z selera i jabłka z olejem 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>)	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż z warzywami 160 g (<u>SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Marchew oprószana z olejem 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
PD	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Galaretko o smaku truskawkowym 200 g		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
Kolejca	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 30 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Naleśniki z dżemem truskawkowym b/ml 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pasta z jaj b/ml 70 g (<u>JAJ</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
PN						
	Wartość energetyczna: 2476.15 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 86.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.13 g; Węglowodany ogółem: 318.72 g; W tym cukry: 82.80 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2992.54 kcal; Białko ogółem: 119.29 g; Tłuszcz: 87.73 g; Kw. tł. nasy.: 40.39 g; Węglowodany ogółem: 442.68 g; W tym cukry: 80.04 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2059.55 kcal; Białko ogółem: 53.02 g; Tłuszcz: 51.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 365.71 g; W tym cukry: 60.32 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2795.53 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 63.61 g; Kw. tł. nasy.: 13.13 g; Węglowodany ogółem: 489.11 g; W tym cukry: 67.63 g; Błonnik pok.: 42.65 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2711.42 kcal; Białko ogółem: 116.64 g; Tłuszcz: 72.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 419.26 g; W tym cukry: 69.84 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sól: 12.60 g;	Wartość energetyczna: 2794.38 kcal; Białko ogółem: 124.25 g; Tłuszcz: 73.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 433.79 g; W tym cukry: 89.66 g; Błonnik pok.: 27.71 g; Sól: 11.61 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Bezglutenowa	BIAL- BCO Vegetariańska	BIAL- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- BCO Vegetariańska bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa bezmleczna	BIAL- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona	
2024-05-24 piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Miód 25 g Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni staropolski 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Miód 25 g Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g Banan 1szt. 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE</u>) Miód 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Dżem 25 g Banan 1szt. 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni staropolski 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba w galarecie (Morszczuk) () 130 g (<u>RYB</u>) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba w galarecie (Morszczuk) () 130 g (<u>RYB</u>) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Miód 25 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II SN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty białej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty białej z olejem 120 g Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Gruszka 1szt. 150 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z białek z natką pietruszki (b/mleka) 70 g (<u>JAJ</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ</u>) Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	PN						
	Wartość energetyczna: 2638.19 kcal; Białko ogółem: 114.25 g; Tłuszcz: 76.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 379.09 g; W tym cukry: 137.14 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 2995.34 kcal; Białko ogółem: 135.44 g; Tłuszcz: 71.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 467.53 g; W tym cukry: 130.43 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2448.68 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 46.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.30 g; Węglowodany ogółem: 450.78 g; W tym cukry: 150.29 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 4.65 g;	Wartość energetyczna: 2450.42 kcal; Białko ogółem: 121.25 g; Tłuszcz: 51.23 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; Węglowodany ogółem: 394.24 g; W tym cukry: 68.23 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 7.57 g;	Wartość energetyczna: 2623.16 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Tłuszcz: 56.72 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 423.86 g; W tym cukry: 109.87 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2973.62 kcal; Białko ogółem: 140.70 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 461.08 g; W tym cukry: 102.29 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 9.14 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- BCO Bezglutenowa	BIAŁ- BCO Wegetariańska	BIAŁ- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAŁ- BCO Wegetariańska bezmleczna	BIAŁ- BCO Wątrobowa/Żołądkowa bezmleczna	BIAŁ- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona	
2024-05-25 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL , Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW , Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytni razowy 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem (b/mleka) 50 g (JAJ, GOR) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW , Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytni razowy 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Dżem 25 g 1 szt Pasta z jaj ze szczypiorkiem (bez mleka) 50 g (JAJ, GOR) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Dżem 25 g 1 szt Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 50 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Salata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	
	II SN	Mus z jabłek () z/c 200 g		Jogurt roślinny 1 szt		Jogurt roślinny 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)
	Obiad	Kalaforowa z ziemniakami (bez glutenu)* 350 ml (MLE, SEL , Ryż na sypko 160 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 120 g (JAJ) Sos własny (bez glutenu) 100 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalaforowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Kotlety ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ , Sos pieczarkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE , Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL , Kotlety ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ , Sos pieczarkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE , Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalaforowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (GLU PSZ, SEL , Kotlety ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ , Sos pieczarkowy (bez mleka) 100 ml (GLU PSZ , Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL , Ryż na sypko 160 g Klopsik wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL , Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalaforowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane puree () 160 g (MLE , Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ , Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Kolejca	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 60 g (SEL , Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb żytni razowy 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 50 g (SEL , Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 50 g (SEL , Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb żytni razowy 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ , Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 60 g (SEL , Ogórek świeży 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 60 g (SEL , Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2 , Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 60 g (SEL , Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ , Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)
	PN						
	Wartość energetyczna: 2398.61 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 83.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 326.56 g; W tym cukry: 75.13 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 3170.12 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 100.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 484.11 g; W tym cukry: 90.39 g; Błonnik pok.: 36.97 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2578.58 kcal; Białko ogółem: 75.03 g; Tłuszcz: 77.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 411.12 g; W tym cukry: 81.97 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 4.32 g; 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2835.03 kcal; Białko ogółem: 75.43 g; Tłuszcz: 71.50 g; Kw. tł. nasy.: 13.54 g; Węglowodany ogółem: 498.44 g; W tym cukry: 76.68 g; Błonnik pok.: 42.41 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2720.20 kcal; Białko ogółem: 96.90 g; Tłuszcz: 69.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 446.00 g; W tym cukry: 84.27 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2823.00 kcal; Białko ogółem: 123.11 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.80 g; Węglowodany ogółem: 422.85 g; W tym cukry: 104.76 g; Błonnik pok.: 18.99 g; Sól: 8.95 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Bezglutenowa	BIAL- BCO Vegetariańska	BIAL- BCO Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- BCO Vegetariańska bezmleczna	BIAL- BCO Wątrobowa/Żołądkowa bezmleczna	BIAL- BCO Wysokobiałkowa rozdrobniona/mielona	
2024-05-26 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza kuskus na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą (b/mleka) 100 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z białek z natką pietruszki (b/mleka) 50 g (<u>JAJ</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza kuskus na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g		Bułka pszenna długa krojona 65 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Krupnik ryżowy z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 160 g Schab sous-vide 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Kotlety z brokula* 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 160 g Surówka Coleslaw () 120 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Kotlety z brokula* 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 160 g Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Ziemniaki pieczone w ziołach 160 g Kotlety z brokula* 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>) Surówka Coleslaw (bez mleka) () 120 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u>) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 160 g Schab sous-vide 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (<u>MLE</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser zóity 40 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z fasoli 80 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g Sałata zielona 5 g	Ryz na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	PN						
	Wartość energetyczna: 2973.29 kcal; Białko ogółem: 111.39 g; Tłuszcz: 125.88 g; Kw. tł. nasy.: 44.43 g; Węglowodany ogółem: 352.93 g; W tym cukry: 101.45 g; Błonnik pok.: 16.59 g; Sól: 5.08 g;	Wartość energetyczna: 3055.06 kcal; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz: 133.56 g; Kw. tł. nasy.: 43.06 g; Węglowodany ogółem: 377.26 g; W tym cukry: 84.57 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2534.99 kcal; Białko ogółem: 51.88 g; Tłuszcz: 87.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 399.46 g; W tym cukry: 96.96 g; Błonnik pok.: 31.29 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2819.32 kcal; Białko ogółem: 72.63 g; Tłuszcz: 106.10 g; Kw. tł. nasy.: 16.17 g; Węglowodany ogółem: 416.99 g; W tym cukry: 62.76 g; Błonnik pok.: 40.13 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 3129.08 kcal; Białko ogółem: 121.31 g; Tłuszcz: 96.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 463.02 g; W tym cukry: 83.65 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 3291.97 kcal; Białko ogółem: 133.16 g; Tłuszcz: 104.89 g; Kw. tł. nasy.: 42.31 g; Węglowodany ogółem: 467.65 g; W tym cukry: 116.19 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 9.43 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa
2024-05-13 poniedziałek	Śniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajecznicza (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II ŚN	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g		
	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)			
	Kolacja	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 60 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z ziołami 20 g (<u>MLE,</u>)		
		Wartość energetyczna: 3909.17 kcal; Białko ogółem: 185.04 g; Tłuszcz: 144.88 g; Kw. tł. nasy.: 55.22 g; Węglowodany ogółem: 484.88 g; W tym cukry: 121.07 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2354.78 kcal; Białko ogółem: 120.44 g; Tłuszcz: 85.70 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 284.61 g; W tym cukry: 38.43 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 437.57 kcal; Białko ogółem: 21.43 g; Tłuszcz: 8.00 g; Kw. tł. nasy.: 2.23 g; Węglowodany ogółem: 73.23 g; W tym cukry: 5.32 g; Błonnik pok.: 6.64 g; Sól: 1.07 g;	Wartość energetyczna: 225.29 kcal; Białko ogółem: 4.85 g; Tłuszcz: 1.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.16 g; Węglowodany ogółem: 51.15 g; W tym cukry: 19.36 g; Błonnik pok.: 5.61 g; Sól: 0.78 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa	
2024-05-14 wtorek	Śniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II SN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt			
2024-05-14 wtorek	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany () BBCO 350 g (<u>MLE,</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Mus z jabłek () b/c 150 g		
2024-05-14 wtorek	Kolacja	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Schab gotowany 40 g		
	Wartość energetyczna: 3962.29 kcal; Białko ogółem: 194.41 g; Tłuszcz: 141.92 g; Kw. tł. nasy.: 57.22 g; Węglowodany ogółem: 496.56 g; W tym cukry: 122.30 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2434.55 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 83.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 312.43 g; W tym cukry: 39.80 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 424.69 kcal; Białko ogółem: 20.45 g; Tłuszcz: 7.89 g; Kw. tł. nasy.: 2.19 g; Węglowodany ogółem: 71.20 g; W tym cukry: 5.19 g; Błonnik pok.: 6.62 g; Sól: 1.07 g;	Wartość energetyczna: 191.65 kcal; Białko ogółem: 5.11 g; Tłuszcz: 1.52 g; Kw. tł. nasy.: 0.19 g; Węglowodany ogółem: 41.78 g; W tym cukry: 15.47 g; Błonnik pok.: 5.22 g; Sól: 0.51 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa
2024-05-15 środa	Śniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Filet z indyka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II ŚN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)		
	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt			
	Kolacja	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozdz.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g		
		Wartość energetyczna: 4281.60 kcal; Białko ogółem: 182.47 g; Tłuszcz: 144.80 g; Kw. tł. nasy.: 54.57 g; Węglowodany ogółem: 585.18 g; W tym cukry: 134.42 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2477.42 kcal; Białko ogółem: 118.30 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 351.90 g; W tym cukry: 87.16 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 430.86 kcal; Białko ogółem: 19.94 g; Tłuszcz: 7.75 g; Kw. tł. nasy.: 2.19 g; Węglowodany ogółem: 73.64 g; W tym cukry: 5.22 g; Błonnik pok.: 6.64 g; Sól: 1.07 g;	Wartość energetyczna: 265.59 kcal; Białko ogółem: 5.63 g; Tłuszcz: 8.54 g; Kw. tł. nasy.: 1.81 g; Węglowodany ogółem: 44.73 g; W tym cukry: 18.69 g; Błonnik pok.: 6.12 g; Sól: 0.83 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa
2024-05-16 czwartek	Śniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Lane ciasto na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u>) Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Lane ciasto na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II ŚN	Kisiel z truskawkami z/c* 200 ml Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>)	Kisiel z truskawkami b/c* 200 ml Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>)		
	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Warzywa pieczone z ziołami BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Warzywa pieczone z ziołami BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Mus z jabłek () z/c 150 g	Mus z jabłek () b/c 150 g		
	Kolacja	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g		
		Wartość energetyczna: 4234.97 kcal; Białko ogółem: 199.67 g; Tłuszcz: 155.23 g; Kw. tł. nasy.: 56.68 g; Węglowodany ogółem: 538.79 g; W tym cukry: 129.53 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2365.58 kcal; Białko ogółem: 114.56 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 320.05 g; W tym cukry: 42.19 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 426.60 kcal; Białko ogółem: 21.98 g; Tłuszcz: 9.04 g; Kw. tł. nasy.: 2.60 g; Węglowodany ogółem: 67.35 g; W tym cukry: 4.90 g; Błonnik pok.: 6.21 g; Sól: 1.10 g;	Wartość energetyczna: 208.19 kcal; Białko ogółem: 4.15 g; Tłuszcz: 1.37 g; Kw. tł. nasy.: 0.79 g; Węglowodany ogółem: 47.12 g; W tym cukry: 16.03 g; Błonnik pok.: 5.50 g; Sól: 0.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa
2024-05-17 piątek	Śniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE,</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 20 g (<u>JAJ, MLE,</u>)		
	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Buraczki gotowane 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Koktajl wielooowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>)	Koktajl wielooowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (<u>RYB,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE,</u>)		
			Wartość energetyczna: 3892.95 kcal; Białko ogółem: 185.09 g; Tłuszcz: 113.71 g; Kw. tł. nasy.: 41.91 g; Węglowodany ogółem: 552.85 g; W tym cukry: 155.31 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2571.53 kcal; Białko ogółem: 128.93 g; Tłuszcz: 78.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 346.74 g; W tym cukry: 65.28 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 439.11 kcal; Białko ogółem: 21.74 g; Tłuszcz: 9.54 g; Kw. tł. nasy.: 2.49 g; Węglowodany ogółem: 70.87 g; W tym cukry: 6.12 g; Błonnik pok.: 8.69 g; Sól: 1.09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa
2024-05-18 sobota	Śniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II SN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt			
	Kolacja	Dren I () 500 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ,</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g		
		Wartość energetyczna: 3780.41 kcal; Białko ogółem: 192.07 g; Tłuszcz: 138.38 g; Kw. tł. nasy.: 56.57 g; Węglowodany ogółem: 472.15 g; W tym cukry: 103.02 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2060.21 kcal; Białko ogółem: 115.73 g; Tłuszcz: 67.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 266.33 g; W tym cukry: 40.43 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 424.69 kcal; Białko ogółem: 20.45 g; Tłuszcz: 7.81 g; Kw. tł. nasy.: 2.19 g; Węglowodany ogółem: 71.02 g; W tym cukry: 5.19 g; Błonnik pok.: 6.62 g; Sól: 1.07 g;	Wartość energetyczna: 213.26 kcal; Białko ogółem: 6.02 g; Tłuszcz: 1.96 g; Kw. tł. nasy.: 0.27 g; Węglowodany ogółem: 44.92 g; W tym cukry: 18.23 g; Błonnik pok.: 4.07 g; Sól: 0.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa
2024-05-19 niedziela	Śniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)	
	II SN	Mus z jabłek () z/c 150 g	Mus z gruszek () b/c 150 g		
	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Marchew pieczona w ziołach () BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z dyni (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Klopsik z jelenia 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Marchew pieczona w ziołach () BBCCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krem z dyni (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 130 g (<u>SEL,</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g		
		Wartość energetyczna: 3872.08 kcal; Białko ogółem: 170.15 g; Tłuszcz: 132.76 g; Kw. tł. nasy.: 54.11 g; Węglowodany ogółem: 523.03 g; W tym cukry: 133.44 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2420.21 kcal; Białko ogółem: 116.40 g; Tłuszcz: 72.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; W tym cukry: 76.71 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 424.69 kcal; Białko ogółem: 20.45 g; Tłuszcz: 7.89 g; Kw. tł. nasy.: 2.19 g; Węglowodany ogółem: 71.20 g; W tym cukry: 5.19 g; Błonnik pok.: 6.62 g; Sól: 1.07 g;	Wartość energetyczna: 359.23 kcal; Białko ogółem: 8.14 g; Tłuszcz: 9.64 g; Kw. tł. nasy.: 0.86 g; Węglowodany ogółem: 61.74 g; W tym cukry: 20.51 g; Błonnik pok.: 6.88 g; Sól: 1.01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa
2024-05-20 poniedziałek	Śniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>)	
	II ŚN	Mus z jabłek () z/c 200 g	Mus z jabłek () b/c 200 g		
	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem *-podstawa 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem *-podstawa 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)			
	Kolacja	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Filet z indyka gotowany 60 g Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Paszтет z dziczyzny 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g		
		Wartość energetyczna: 3864.11 kcal; Białko ogółem: 193.01 g; Tłuszcz: 113.63 g; Kw. tł. nasy.: 45.21 g; Węglowodany ogółem: 546.22 g; W tym cukry: 131.75 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2220.52 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 61.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 326.13 g; W tym cukry: 47.28 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 440.48 kcal; Białko ogółem: 21.74 g; Tłuszcz: 8.30 g; Kw. tł. nasy.: 2.30 g; Węglowodany ogółem: 73.02 g; W tym cukry: 5.26 g; Błonnik pok.: 6.70 g; Sól: 1.08 g;	Wartość energetyczna: 172.53 kcal; Białko ogółem: 4.72 g; Tłuszcz: 1.58 g; Kw. tł. nasy.: 0.22 g; Węglowodany ogółem: 36.91 g; W tym cukry: 15.76 g; Błonnik pok.: 4.16 g; Sól: 0.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa
2024-05-21 wtorek	Sniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka z makaronu i tuńczyka () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, GOR,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II SN	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,</u>)	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet drobiowy z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet drobiowy z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Kolacja	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pызdza szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g			
		Wartość energetyczna: 3659.62 kcal; Białko ogółem: 172.08 g; Tłuszcz: 113.90 g; Kw. tł. nasy.: 40.07 g; Węglowodany ogółem: 506.82 g; W tym cukry: 141.07 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2246.27 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 60.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 314.73 g; W tym cukry: 53.37 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 424.69 kcal; Białko ogółem: 20.45 g; Tłuszcz: 7.89 g; Kw. tł. nasy.: 2.19 g; Węglowodany ogółem: 71.20 g; W tym cukry: 5.19 g; Błonnik pok.: 6.62 g; Sól: 1.07 g;	Wartość energetyczna: 215.27 kcal; Białko ogółem: 8.94 g; Tłuszcz: 3.76 g; Kw. tł. nasy.: 1.07 g; Węglowodany ogółem: 38.15 g; W tym cukry: 14.96 g; Błonnik pok.: 3.50 g; Sól: 0.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa
2024-05-22 środa	Śniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II SN	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE,</u>)	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Dren II () z dynią 500 ml (<u>MLE,</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Grzanki pszenne 25 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		
	Kolacja	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 40 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 40 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osi.niejad 20 g			
		Wartość energetyczna: 3895.44 kcal; Białko ogółem: 195.10 g; Tłuszcz: 132.09 g; Kw. tł. nasy.: 60.03 g; Węglowodany ogółem: 499.04 g; W tym cukry: 146.02 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2296.74 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 76.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 300.67 g; W tym cukry: 49.82 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 478.74 kcal; Białko ogółem: 19.94 g; Tłuszcz: 7.75 g; Kw. tł. nasy.: 2.19 g; Węglowodany ogółem: 85.62 g; W tym cukry: 17.20 g; Błonnik pok.: 6.64 g; Sól: 1.07 g;	Wartość energetyczna: 399.64 kcal; Białko ogółem: 8.29 g; Tłuszcz: 14.03 g; Kw. tł. nasy.: 1.08 g; Węglowodany ogółem: 63.35 g; W tym cukry: 17.55 g; Błonnik pok.: 6.43 g; Sól: 0.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa
2024-05-23 czwartek	Śniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II ŚN	Mus z jabłek () z/c 200 g	Mus z jabłek () b/c 200 g		
	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 160 g (<u>MLE,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			
	Kolejca	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g			
		Wartość energetyczna: 3873.81 kcal; Białko ogółem: 179.60 g; Tłuszcz: 136.13 g; Kw. tł. nasy.: 54.08 g; Węglowodany ogółem: 507.46 g; W tym cukry: 113.21 g; Błonnik pok.: 35.99 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2119.06 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 289.14 g; W tym cukry: 39.66 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 9.63 g;	Wartość energetyczna: 424.69 kcal; Białko ogółem: 20.45 g; Tłuszcz: 7.89 g; Kw. tł. nasy.: 2.19 g; Węglowodany ogółem: 71.20 g; W tym cukry: 5.19 g; Błonnik pok.: 6.62 g; Sól: 1.07 g;	Wartość energetyczna: 174.72 kcal; Białko ogółem: 3.54 g; Tłuszcz: 1.33 g; Kw. tł. nasy.: 0.15 g; Węglowodany ogółem: 39.35 g; W tym cukry: 15.38 g; Błonnik pok.: 4.36 g; Sól: 0.96 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa
2024-05-24 piątek	Śniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II SN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Mus z jabłek prażonych 200 g	Mus z jabłek () b/c 200 g		
	Kolacja	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ryba w galarecie (Miruna) () 60 g (<u>RYB,</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ryba faszerowana (miruna) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>)		
		Wartość energetyczna: 3847.20 kcal; Białko ogółem: 196.37 g; Tłuszcz: 119.27 g; Kw. tł. nasy.: 41.99 g; Węglowodany ogółem: 526.13 g; W tym cukry: 156.67 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2316.00 kcal; Białko ogółem: 124.60 g; Tłuszcz: 63.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 324.50 g; W tym cukry: 44.91 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 440.48 kcal; Białko ogółem: 21.74 g; Tłuszcz: 8.30 g; Kw. tł. nasy.: 2.30 g; Węglowodany ogółem: 73.02 g; W tym cukry: 5.26 g; Błonnik pok.: 6.70 g; Sól: 1.08 g;	Wartość energetyczna: 186.02 kcal; Białko ogółem: 4.11 g; Tłuszcz: 1.67 g; Kw. tł. nasy.: 0.22 g; Węglowodany ogółem: 40.62 g; W tym cukry: 18.13 g; Błonnik pok.: 3.93 g; Sól: 0.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa
2024-05-25 sobota	Sniadanie	Dren II () 500 ml Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II SN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			
	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree () 160 g (<u>MLE.</u>) Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalaforowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (<u>MLE.</u>) Klopsik wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalaforowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		
	Kolejca	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 60 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g		
		Wartość energetyczna: 3669.48 kcal; Białko ogółem: 171.72 g; Tłuszcz: 125.55 g; Kw. tł. nasy.: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 490.16 g; W tym cukry: 93.24 g; Błonnik pok.: 34.24 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2398.96 kcal; Białko ogółem: 112.86 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.68 g; Węglowodany ogółem: 312.41 g; W tym cukry: 54.27 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 446.30 kcal; Białko ogółem: 22.16 g; Tłuszcz: 9.61 g; Kw. tł. nasy.: 2.50 g; Węglowodany ogółem: 72.53 g; W tym cukry: 6.83 g; Błonnik pok.: 9.58 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 156.01 kcal; Białko ogółem: 3.16 g; Tłuszcz: 1.35 g; Kw. tł. nasy.: 0.16 g; Węglowodany ogółem: 34.70 g; W tym cukry: 15.70 g; Błonnik pok.: 3.79 g; Sól: 0.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAL- BCO Miksowana wzbogacona	BIAL- BCO Cukrzyca rozdrobniona/mielona	BIAL- BCO Półpłynna	BIAL- BCO Zupa	
2024-05-26 niedziela	Śniadanie	Dren śniadanie 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 300 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 100 g Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 300 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)			
	Obiad	Dren II () 500 ml Ziemniaki gotowane puree () 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane puree () 160 g (<u>MLE,</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		
	Kolacja	Dren I () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE,</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g	Chleb żytni razowy 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
PN		Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g			
	Wartość energetyczna: 4183.90 kcal; Białko ogółem: 199.01 g; Tłuszcz: 149.78 g; Kw. tł. nasy.: 59.76 g; Węglowodany ogółem: 531.01 g; W tym cukry: 147.11 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2790.22 kcal; Białko ogółem: 116.05 g; Tłuszcz: 124.01 g; Kw. tł. nasy.: 43.32 g; Węglowodany ogółem: 310.38 g; W tym cukry: 55.72 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 427.66 kcal; Białko ogółem: 21.42 g; Tłuszcz: 8.23 g; Kw. tł. nasy.: 2.30 g; Węglowodany ogółem: 69.84 g; W tym cukry: 6.74 g; Błonnik pok.: 8.60 g; Sól: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 176.45 kcal; Białko ogółem: 3.37 g; Tłuszcz: 1.78 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; Węglowodany ogółem: 39.22 g; W tym cukry: 15.87 g; Błonnik pok.: 4.95 g; Sól: 0.51 g;	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,