

Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA LUBACZÓW

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2023-12-11	2023-12-12	2023-12-13	2023-12-14	2023-12-15	2023-12-16	2023-12-17
	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa
Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 12,5 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 12,5 g Ser żółty 30 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 12,5 g Ser żółty 30 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 12,5 g Pasta z twarogu i cebuli 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 12,5 g Dżem 20 g Mandarynka 75 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Twarożek 40 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 12,5 g Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rzodkiew biała 50 g	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 12,5 g Pasta z twarogu i słońca z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Papryka świeża 50 g
II ŚN							
Obiad	Brokułowa z ryżem ( ) 350 ml Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą ( ) 300 g Surówka z marchwi z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g	Solferino ( ) 350 ml Makaron 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi i selera z olejem ( ) 100 g	Grycikowa ( ) 350 ml Ziemniaki ( ) 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 350 ml Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami ( ) 300 g Sos pomidorowy 100 ml Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Dyniowa z makaronem ( ) 350 ml Ziemniaki ( ) 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g	Grochowa z ziemniakami ( ) 350 ml Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 130 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Rosół z makaronem ( ) 350 ml Ziemniaki ( ) 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło extra 82% 12,5 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło extra 82% 12,5 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło extra 82% 12,5 g Paszтет z ciecierzycy ( ) 60 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło extra 82% 12,5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 60 g Sałatka jarzynowa ( ) 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło extra 82% 12,5 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło extra 82% 12,5 g Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło extra 82% 12,5 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA LUBACZÓW**

	poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2023-12-18	2023-12-19	2023-12-20	2023-12-11	2023-12-12	2023-12-13	2023-12-14
	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna
<b>Sniadanie</b>	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 12,5 g Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 30 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 12,5 g Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 12,5 g Ser topiony 30 g Serek homo. naturalny 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
<b>II ŚN</b>							
<b>Obiad</b>	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 350 ml Ryż na mleku obiad 350 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Surówka z marchwi z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ( )-podstawa 350 ml Ziemniaki ( ) 200 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Sałatka szwedzka ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 350 ml Kasza kuskus/sypko 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g Sos jarzynowy ( ) 100 ml Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem ( ) 350 ml Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą ( ) 300 g Surówka z marchwi z olejem ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino ( ) 350 ml Makaron 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml Dyńka duszona z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa ( ) 350 ml Ziemniaki ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos jarzynowy ( ) 100 ml Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g	Ziemniaczana ( ) 350 ml Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami ( ) 300 g Sos pomidorowy 100 ml Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g
<b>PD</b>							
<b>Kolacja</b>	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło extra 82% 12,5 g Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło extra 82% 12,5 g Jajko gotowane kl M 1 szt Rzodkiew biała 70 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g Masło extra 82% 12,5 g Paprykarz szczeciński 80 g Ogórek kiszony 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 70 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml

## Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA LUBACZÓW

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek
	2023-12-15	2023-12-16	2023-12-17	2023-12-18	2023-12-19	2023-12-20	2023-12-11
	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Dżem 20 g Jabłko 150 g Twarożek 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko 150 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Serek homo. naturalny 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ) 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor 50 g
II ŚN							Jabłko 1 szt 1 szt jogurt naturalny 100g 1 szt
Obiad	Dyniowa z makaronem ( ) 350 ml Ziemniaki ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 350 ml Gulasz wieprzowy- dieta 130 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 350 ml Ziemniaki ( ) 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml Ryż na mleku obiad 350 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem ( ) 100 g	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 350 ml Ziemniaki ( ) 200 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml Marchew oproszana z olejem ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 350 ml Kasza kuskus/sypko 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g Sos jarzynowy ( ) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem ( ) 350 ml Pulpet drobiowy 100 g Ziemniaki ( ) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos koperkowy * 100 ml Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g
PD							Kefir 1,5% tł 150g 1 Por
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Jajko gotowane kl M 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g Masło extra 82% 12,5 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny ( ) 80 g Pomidor 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA LUBACZÓW

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2023-12-12	2023-12-13	2023-12-14	2023-12-15	2023-12-16	2023-12-17	2023-12-18
	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Ser żółty 60 g Mandarynka 75 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN	jogurt naturalny 100g 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por	Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml
Obiad	Solferino () 350 ml Makaron pełnoziarnisty 200 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z marchwi i selera z olejem () b/c 100 g	Grysikowa () 350 ml Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos jarzynowy () 100 ml Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g	Ziemniaczana () 350 ml Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g Sos pomidorowy 100 ml Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Dyniowa z makaronem () 350 ml Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g	Grochowa z ziemniakami () 350 ml Gulasz wieprzowy- dieta 130 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Rosół z makaronem () 350 ml Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml Ryż (brązowy) na mleku obiad b/c 350 g Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por	Mandarynka 1 szt jogurt naturalny 100g 1 szt	Sok pomidorowy 200 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por	jogurt naturalny 100g 1 szt	jogurt naturalny 100g 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt jogurt naturalny 100g 1 szt	jogurt naturalny 100g 1 szt
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Rukola 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy () 60 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Sałatka jarzynowa () 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml Rukola 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml

### Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA LUBACZÓW

	wtorek	środa
	2023-12-19	2023-12-20
	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Sniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szyńka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por
Obiad	Jarzynowa z zacierką (-) -podstawa 350 ml Ziemniaki ( ) 200 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Sałatka szwedzka b/c ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej ( ) 350 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g Sos jarzynowy ( ) 100 ml Surówka z marchwi i chrzanu b/c ( ) 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD	jogurt naturalny 100g 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt jogurt naturalny 100g 1 szt
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt Rzodkiew biała 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g Ogórek kiszony 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml

*Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA LUBACZÓW*

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2023-12-11	2023-12-12	2023-12-13	2023-12-14	2023-12-15	2023-12-16	2023-12-17
	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa
PN	Jabłko 1 szt 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Mandarynka 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por	Banan 1szt. 1 szt

*Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA LUBACZÓW*

	poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2023-12-18	2023-12-19	2023-12-20	2023-12-11	2023-12-12	2023-12-13	2023-12-14
	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Podstawowa	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna
PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Biszkopty b/c 30 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Banan 1szt. 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt

wa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA LUBACZÓW

piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek
2023-12-15	2023-12-16	2023-12-17	2023-12-18	2023-12-19	2023-12-20	2023-12-11
LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Herbatniki Be Be 14g 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por	Banan 1szt. 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Biszkopty b/c 30 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło extra 82% 5 g Ser żółty 20 g



### Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA LUBACZÓW

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2023-12-12	2023-12-13	2023-12-14	2023-12-15	2023-12-16	2023-12-17	2023-12-18
	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło extra 82% 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło extra 82% 5 g Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowa drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło extra 82% 5 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło extra 82% 5 g Twaróg półtłusty 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło extra 82% 5 g Ser żółty 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g Masło extra 82% 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło extra 82% 5 g Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g

## Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 KUCHNIA LUBACZÓW

wtorek	środa
2023-12-19	2023-12-20
LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło extra 82% 5 g Ser żółty 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g Masło extra 82% 5 g Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g