

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-18 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
		Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 100 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-18 poniedziałek	PD		Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE ,)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ ,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ ,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ ,)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 20 g (MLE ,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ ,)
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ ,)	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ ,)	
		Wartość energetyczna: 2348.26 kcal; Białko ogółem: 84.27 g; Tłuszcz: 74.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 351.15 g; W tym cukry: 80.54 g; Błonnik pok.: 35.55 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 1548.84 kcal; Białko ogółem: 58.57 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 236.03 g; W tym cukry: 63.15 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 4.85 g;	Wartość energetyczna: 2245.64 kcal; Białko ogółem: 82.91 g; Tłuszcz: 65.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 343.98 g; W tym cukry: 87.23 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 2234.49 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz: 64.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 344.35 g; W tym cukry: 87.42 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 2135.20 kcal; Białko ogółem: 84.15 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 347.00 g; W tym cukry: 87.27 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2228.83 kcal; Białko ogółem: 87.69 g; Tłuszcz: 69.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; Węglowodany ogółem: 331.21 g; W tym cukry: 68.40 g; Błonnik pok.: 49.41 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2164.48 kcal; Białko ogółem: 59.64 g; Tłuszcz: 51.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 383.41 g; W tym cukry: 79.62 g; Błonnik pok.: 36.00 g; Sól: 5.63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-19 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 250 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Papka Ob () 500 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD		Biszkopty b/c 30 g (GLUPSZ, JAJ.)				Sok pomidorowy 200 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawa z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-19 wtorek	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2219.41 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.61 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 87.75 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 1582.70 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 34.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; Węglowodany ogółem: 242.82 g; W tym cukry: 61.34 g; Błonnik pok.: 16.44 g; Sól: 4.04 g;	Wartość energetyczna: 2218.49 kcal; Białko ogółem: 102.79 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 348.56 g; W tym cukry: 92.50 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 2217.52 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 348.34 g; W tym cukry: 92.34 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2136.72 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 42.21 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; Węglowodany ogółem: 348.16 g; W tym cukry: 92.19 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 1985.75 kcal; Białko ogółem: 102.16 g; Tłuszcz: 53.09 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 298.02 g; W tym cukry: 47.50 g; Błonnik pok.: 46.62 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2050.52 kcal; Białko ogółem: 61.46 g; Tłuszcz: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 347.65 g; W tym cukry: 89.74 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 5.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-20 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 30 g (RYB.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)	
2024-03-20 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (MLE, S02.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane () 100 g Marchew oprószana z olejem () 160 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (MLE, S02.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kopytka ziemniaczane () 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		PD	Banan 1szt. 1 szt			Mandarynka 1 szt jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawa z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-20 środa PN	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
		Banan 1szt. 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka- kiełbasa wieprzowa drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>)		Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2429.62 kcal; Białko ogółem: 80.32 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 362.13 g; W tym cukry: 104.57 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 1677.40 kcal; Białko ogółem: 63.41 g; Tłuszcz: 47.62 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; Węglowodany ogółem: 260.83 g; W tym cukry: 88.85 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2405.76 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 68.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 378.88 g; W tym cukry: 108.72 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2405.27 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz: 68.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 378.76 g; W tym cukry: 108.65 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2324.47 kcal; Białko ogółem: 84.75 g; Tłuszcz: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 15.64 g; Węglowodany ogółem: 378.59 g; W tym cukry: 108.50 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2180.05 kcal; Białko ogółem: 83.56 g; Tłuszcz: 76.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 311.69 g; W tym cukry: 58.50 g; Błonnik pok.: 43.84 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	
2024-03-21 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Ser topiony 30 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		
		Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Fasolka po bretońsku 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem i warzywami*() 250 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-21 czwartek	PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PN	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)						Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.)	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 1993.36 kcal; Białko ogółem: 75.81 g; Tłuszcz: 58.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 305.66 g; W tym cukry: 61.76 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 1696.46 kcal; Białko ogółem: 73.51 g; Tłuszcz: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.64 g; Węglowodany ogółem: 235.51 g; W tym cukry: 36.31 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sól: 4.43 g;	Wartość energetyczna: 2186.27 kcal; Białko ogółem: 86.00 g; Tłuszcz: 65.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 324.50 g; W tym cukry: 65.13 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2208.05 kcal; Białko ogółem: 86.30 g; Tłuszcz: 67.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; Węglowodany ogółem: 325.18 g; W tym cukry: 65.15 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2127.25 kcal; Białko ogółem: 86.13 g; Tłuszcz: 58.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.65 g; Węglowodany ogółem: 325.00 g; W tym cukry: 65.00 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 1866.16 kcal; Białko ogółem: 80.43 g; Tłuszcz: 55.22 g; Kw. tł. nasy.: 14.37 g; Węglowodany ogółem: 281.83 g; W tym cukry: 38.89 g; Błonnik pok.: 41.29 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 1965.96 kcal; Białko ogółem: 64.77 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 293.65 g; W tym cukry: 48.58 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 6.51 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	
2024-03-22 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		
2024-03-22 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB.) Ziemniaki gotowane () 100 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 160 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.)	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane () 250 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD	Wafle ryżowe 30 g				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-22 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Wafle ryżowe 30 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Wafle ryżowe 30 g		
			Wartość energetyczna: 2386.95 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz: 74.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 359.67 g; W tym cukry: 76.12 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 1738.41 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 221.79 g; W tym cukry: 39.21 g; Błonnik pok.: 19.43 g; Sól: 3.74 g;	Wartość energetyczna: 2420.62 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 71.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 348.69 g; W tym cukry: 78.59 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 2375.03 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 67.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 347.10 g; W tym cukry: 79.30 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 2257.17 kcal; Białko ogółem: 95.15 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 13.33 g; Węglowodany ogółem: 358.57 g; W tym cukry: 91.08 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 2161.60 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 281.13 g; W tym cukry: 50.09 g; Błonnik pok.: 42.69 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	
2024-03-23 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
		II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)		
		Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SOJ, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD		Chrupki kukurydziane 20 g			Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	
2024-03-23 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Hummus 30 g (SEZ.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 30 g (SEZ.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (SOJ.)		Jabłko 1 szt 1 szt
	PN								
	Wartość energetyczna: 2164.48 kcal; Białko ogółem: 73.06 g; Tłuszcz: 74.21 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 314.24 g; W tym cukry: 72.54 g; Błonnik pok.: 30.91 g; Sól: 11.48 g;	Wartość energetyczna: 1544.21 kcal; Białko ogółem: 65.13 g; Tłuszcz: 45.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.97 g; Węglowodany ogółem: 230.74 g; W tym cukry: 61.60 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 2203.05 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 331.96 g; W tym cukry: 83.36 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2188.38 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 67.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 327.40 g; W tym cukry: 81.74 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2107.58 kcal; Białko ogółem: 82.35 g; Tłuszcz: 58.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 327.23 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2036.54 kcal; Białko ogółem: 80.73 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; Węglowodany ogółem: 303.45 g; W tym cukry: 56.61 g; Błonnik pok.: 40.66 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2150.23 kcal; Białko ogółem: 60.60 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 369.49 g; W tym cukry: 68.79 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sól: 5.73 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	
2024-03-24 niedziela	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Jabłko 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twaróg 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		
		Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 160 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL)	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane () 250 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-24 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 60 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 60 g
	PN	Ciasto drożdżowe 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (<u>SOJ.</u>)	Ciasto drożdżowe 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)
		Wartość energetyczna: 2710.84 kcal; Białko ogółem: 110.74 g; Tłuszcz: 98.27 g; Kw. tł. nasy.: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 359.44 g; W tym cukry: 78.08 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 1985.30 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 71.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 249.36 g; W tym cukry: 53.25 g; Błonnik pok.: 20.44 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 2643.78 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 88.87 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 357.38 g; W tym cukry: 76.73 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2668.95 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 89.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 369.35 g; W tym cukry: 84.79 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2588.15 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 369.18 g; W tym cukry: 84.64 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2241.14 kcal; Białko ogółem: 106.73 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; Węglowodany ogółem: 298.46 g; W tym cukry: 62.40 g; Błonnik pok.: 41.94 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2465.20 kcal; Białko ogółem: 70.45 g; Tłuszcz: 75.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 389.30 g; W tym cukry: 78.62 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sól: 6.74 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawa z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-25 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połudwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połudwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połudwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połudwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połudwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.)				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-25 poniedziałek	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkami 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż (brązowy) z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* b/c 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Chrupki kukurydziane 20 g			Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
PN			Banan 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 20 g (MLE.)		Banan 1szt. 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-25 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2445.58 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 408.63 g; W tym cukry: 121.23 g; Błonnik pok.: 33.57 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 1583.54 kcal; Białko ogółem: 59.10 g; Tłuszcz: 33.58 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 270.13 g; W tym cukry: 68.88 g; Błonnik pok.: 18.33 g; Sól: 3.83 g;	Wartość energetyczna: 2212.52 kcal; Białko ogółem: 73.21 g; Tłuszcz: 47.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 384.28 g; W tym cukry: 104.14 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 2211.54 kcal; Białko ogółem: 73.17 g; Tłuszcz: 47.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 384.06 g; W tym cukry: 103.99 g; Błonnik pok.: 22.97 g; Sól: 4.56 g;	Wartość energetyczna: 2101.43 kcal; Białko ogółem: 72.50 g; Tłuszcz: 38.41 g; Kw. tł. nasy.: 13.94 g; Węglowodany ogółem: 377.21 g; W tym cukry: 98.07 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sól: 4.59 g;	Wartość energetyczna: 1871.50 kcal; Białko ogółem: 69.61 g; Tłuszcz: 42.81 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; Węglowodany ogółem: 323.63 g; W tym cukry: 54.32 g; Błonnik pok.: 44.91 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2267.13 kcal; Białko ogółem: 56.84 g; Tłuszcz: 49.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 410.28 g; W tym cukry: 92.50 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 2.89 g;
2024-03-26 wtorek	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
II ŚN	Makaron na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 250 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 70 g (SEL.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g	Makaron na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-26 wtorek	Obiad	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JĘCZ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 160 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie * 200 g (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	
	PD		<p>Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.)</p>			<p>Sok pomidorowy 200 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	
2024-03-26 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtusty 20 g (MLE.)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
PN									
	Wartość energetyczna: 2234.20 kcal; Białko ogółem: 86.89 g; Tłuszcz: 65.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 339.30 g; W tym cukry: 68.28 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 1677.15 kcal; Białko ogółem: 75.61 g; Tłuszcz: 53.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 234.84 g; W tym cukry: 44.04 g; Błonnik pok.: 20.66 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2309.62 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 67.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 348.10 g; W tym cukry: 73.32 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2308.64 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 67.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 347.88 g; W tym cukry: 73.17 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2209.36 kcal; Białko ogółem: 92.79 g; Tłuszcz: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 15.76 g; Węglowodany ogółem: 350.52 g; W tym cukry: 73.02 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2032.49 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 59.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.80 g; Węglowodany ogółem: 306.68 g; W tym cukry: 40.93 g; Błonnik pok.: 45.01 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2031.70 kcal; Białko ogółem: 52.81 g; Tłuszcz: 68.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 314.91 g; W tym cukry: 71.71 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 5.38 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawa z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	
2024-03-27 środa	Śniadanie	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 250 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 70 g (MLE,) Jabłko 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 20 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)		
2024-03-27 środa	Obiad	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Gyros z kurczaka 100 g (GOR,) Ziemniaki gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (GLU PSZ,) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml (GLU PSZ, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 100 g Dynia duszona z olejem* 160 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (GLU PSZ,) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,)	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Kotlety ziemniaczane-dieta () (pieczone) 200 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	
2024-03-27 środa Kolacja	PD	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE,)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,)			
		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 20 g (MLE,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,)		Wafle ryżowe 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-27 środa	Wartość energetyczna: 2148.06 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 308.41 g; W tym cukry: 68.76 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 1417.26 kcal; Białko ogółem: 69.13 g; Tłuszcz: 37.09 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 205.26 g; W tym cukry: 49.38 g; Błonnik pok.: 13.78 g; Sól: 3.80 g;	Wartość energetyczna: 2139.40 kcal; Białko ogółem: 92.70 g; Tłuszcz: 54.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 327.26 g; W tym cukry: 76.95 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2138.91 kcal; Białko ogółem: 92.68 g; Tłuszcz: 54.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 327.15 g; W tym cukry: 76.87 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2058.11 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz: 45.30 g; Kw. tł. nasy.: 13.86 g; Węglowodany ogółem: 326.97 g; W tym cukry: 76.72 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 5.61 g;	Wartość energetyczna: 1937.04 kcal; Białko ogółem: 87.85 g; Tłuszcz: 52.16 g; Kw. tł. nasy.: 15.76 g; Węglowodany ogółem: 296.87 g; W tym cukry: 55.07 g; Błonnik pok.: 37.08 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2162.89 kcal; Białko ogółem: 48.92 g; Tłuszcz: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 372.01 g; W tym cukry: 60.68 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 4.42 g;
2024-03-28 czwartek	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 20 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 20 g (MLE,)				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-28 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 250 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 160 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 250 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD		Chrupki kukurydziane 20 g				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-28 czwartek	PN	Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (SOJ.)		Jabłko 1 szt 1 szt
		Wartość energetyczna: 2393.45 kcal; Białko ogółem: 76.14 g; Tłuszcz: 85.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.95 g; Węglowodany ogółem: 341.68 g; W tym cukry: 79.48 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 1677.92 kcal; Białko ogółem: 68.64 g; Tłuszcz: 49.31 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 249.65 g; W tym cukry: 45.82 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2285.71 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz: 66.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 347.48 g; W tym cukry: 79.80 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2284.73 kcal; Białko ogółem: 85.24 g; Tłuszcz: 66.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 347.26 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2203.93 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 58.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 347.09 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2157.25 kcal; Białko ogółem: 81.16 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 315.05 g; W tym cukry: 53.10 g; Błonnik pok.: 49.79 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2057.83 kcal; Białko ogółem: 59.72 g; Tłuszcz: 52.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 348.49 g; W tym cukry: 64.15 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 4.97 g;
2024-03-29 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Mandarynka 75 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Jabłko pieczone 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Jabłko 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Dżem 40 g Jabłko pieczone 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Jabłko pieczone 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Mandarynka 75 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Dżem 40 g Jabłko 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		
Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 250 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Warzywa po grecku () 160 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane () 200 g (GLU PSZ, SEL) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL)	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane () 250 g Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
PD		jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor b/skórki 40 g Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g (JAJ, MLE) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-29 piątek	PN	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 20 g (MLE.)		Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2410.81 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 343.86 g; W tym cukry: 70.78 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 1650.54 kcal; Białko ogółem: 81.93 g; Tłuszcz: 44.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.06 g; Węglowodany ogółem: 237.91 g; W tym cukry: 54.92 g; Błonnik pok.: 17.18 g; Sól: 3.52 g;	Wartość energetyczna: 2351.85 kcal; Białko ogółem: 102.49 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 357.33 g; W tym cukry: 74.52 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 2306.44 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 54.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 371.44 g; W tym cukry: 89.21 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 2225.64 kcal; Białko ogółem: 93.72 g; Tłuszcz: 45.85 g; Kw. tł. nasy.: 14.06 g; Węglowodany ogółem: 371.26 g; W tym cukry: 89.06 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 2049.85 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; Węglowodany ogółem: 305.85 g; W tym cukry: 56.79 g; Błonnik pok.: 39.33 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2249.97 kcal; Białko ogółem: 75.94 g; Tłuszcz: 60.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 363.73 g; W tym cukry: 72.63 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 4.77 g;
2024-03-30 sobota	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 70 g (RYB, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 40 g (RYB, SEL.) Dżem 25 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-30 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi () 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JĘCZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi () 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 3 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 40 g (MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 40 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-30 sobota	PN	Banan 1szt. 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.)		Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2121.25 kcal; Białko ogółem: 74.71 g; Tłuszcz: 48.10 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 364.05 g; W tym cukry: 110.65 g; Błonnik pok.: 33.91 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 1611.99 kcal; Białko ogółem: 64.42 g; Tłuszcz: 32.46 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 279.17 g; W tym cukry: 94.80 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 3.50 g;	Wartość energetyczna: 2199.05 kcal; Białko ogółem: 81.03 g; Tłuszcz: 49.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 373.38 g; W tym cukry: 112.51 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 2198.56 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz: 49.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 373.27 g; W tym cukry: 112.43 g; Błonnik pok.: 33.02 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 2183.69 kcal; Białko ogółem: 80.45 g; Tłuszcz: 48.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 372.47 g; W tym cukry: 112.00 g; Błonnik pok.: 33.02 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 1939.78 kcal; Białko ogółem: 72.82 g; Tłuszcz: 61.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 294.98 g; W tym cukry: 48.90 g; Błonnik pok.: 42.72 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2183.48 kcal; Białko ogółem: 53.61 g; Tłuszcz: 48.07 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 401.50 g; W tym cukry: 98.84 g; Błonnik pok.: 37.19 g; Sól: 6.01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawa z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-31 niedziela Śniadanie	<p>Żurek z jajkiem i kiełbasą () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ZYT,</u>) Chałka 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,</u>) Chrzan 10 g (<u>MLE, S02,</u>) Papryka konserwowa 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chałka 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chałka 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chałka 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chałka 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g</p>	<p>Żurek z jajkiem i kiełbasą () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ZYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</u>) Chrzan 10 g (<u>MLE, S02,</u>) Papryka konserwowa 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Paluch drożdżowy 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)</p>	<p>Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chałka 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,</u>)</p>
II ŚN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-31 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Cwikła z chrzanem 100 g (<u>MLE, S02.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Cwikła z chrzanem 100 g (<u>MLE, S02.</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Cwikła z chrzanem 100 g (<u>MLE, S02.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z warzywami*- dieta BM 350 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
PN		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>)		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-03-31 niedziela		Wartość energetyczna: 2544.38 kcal; Białko ogółem: 103.91 g; Tłuszcz: 93.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 332.30 g; W tym cukry: 46.10 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 1903.68 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 243.98 g; W tym cukry: 62.88 g; Błonnik pok.: 15.98 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2560.52 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz: 90.17 g; Kw. tł. nasy.: 34.57 g; Węglowodany ogółem: 331.91 g; W tym cukry: 72.69 g; Błonnik pok.: 17.70 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 2593.64 kcal; Białko ogółem: 109.71 g; Tłuszcz: 87.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 345.75 g; W tym cukry: 80.27 g; Błonnik pok.: 19.48 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2637.31 kcal; Białko ogółem: 117.21 g; Tłuszcz: 96.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 340.14 g; W tym cukry: 46.77 g; Błonnik pok.: 40.10 g; Sól: 10.69 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2226.64 kcal; Białko ogółem: 62.43 g; Tłuszcz: 64.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 354.59 g; W tym cukry: 59.74 g; Błonnik pok.: 22.01 g; Sól: 4.35 g;	
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem kl M 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 40 g Rukola 5 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rukola 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta warzywna () 60 g (SEL.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
II ŚN			Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)			Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-04-01 poniedziałek	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cwikła z jabłkiem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 450 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 40 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 70 g
	PD	jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki kukurydziane 10 g				jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa
2024-04-01	poniedziałek	jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)						jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>)	jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)
	PN	Wartość energetyczna: 2334.08 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 345.89 g; W tym cukry: 73.51 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 1711.92 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 44.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 247.44 g; W tym cukry: 53.98 g; Błonnik pok.: 16.21 g; Sól: 5.34 g;	Wartość energetyczna: 2246.59 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 58.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 338.69 g; W tym cukry: 67.98 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2246.10 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 58.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 338.58 g; W tym cukry: 67.91 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2231.23 kcal; Białko ogółem: 100.80 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 337.78 g; W tym cukry: 67.48 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2263.38 kcal; Białko ogółem: 98.53 g; Tłuszcz: 62.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 318.17 g; W tym cukry: 52.01 g; Błonnik pok.: 39.04 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2040.55 kcal; Białko ogółem: 64.08 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 359.29 g; W tym cukry: 66.23 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 6.45 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	
2024-03-18 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ,) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ,) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ,) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN							
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 200 g (MLE,) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kopytka ziemniaczane z masłem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL,) Makaron bezglutenowy 200 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron 250 g (GLU PSZ,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-18 poniedziałek	PD								Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.)
		Wartość energetyczna: 2508.02 kcal; Białko ogółem: 111.74 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 349.25 g; W tym cukry: 90.77 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2222.09 kcal; Białko ogółem: 64.68 g; Tłuszcz: 64.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 360.32 g; W tym cukry: 76.91 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2230.29 kcal; Białko ogółem: 82.99 g; Tłuszcz: 64.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 343.04 g; W tym cukry: 85.75 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2077.20 kcal; Białko ogółem: 57.79 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 318.39 g; W tym cukry: 77.30 g; Błonnik pok.: 24.09 g; Sól: 4.49 g;	Wartość energetyczna: 2182.04 kcal; Białko ogółem: 79.64 g; Tłuszcz: 50.39 g; Kw. tł. nasy.: 11.42 g; Węglowodany ogółem: 371.67 g; W tym cukry: 73.13 g; Błonnik pok.: 40.62 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2486.94 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 391.48 g; W tym cukry: 110.68 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 6.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	
2024-03-19 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 130 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bg na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN							Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)
2024-03-19 wtorek	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 140 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Ryż na sypko 250 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD							Biszkopty b/c 30 g (GLUPSZ, JAJ.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-19 wtorek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 100 g (SOJ.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Rzodkiew biała 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
			Wartość energetyczna: 2388.49 kcal; Białko ogółem: 127.72 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 353.15 g; W tym cukry: 94.20 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2167.94 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 57.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 336.75 g; W tym cukry: 73.45 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2198.89 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 356.92 g; W tym cukry: 96.69 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sól: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2144.21 kcal; Białko ogółem: 80.03 g; Tłuszcz: 54.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 339.88 g; W tym cukry: 83.18 g; Błonnik pok.: 18.82 g; Sól: 3.35 g;	Wartość energetyczna: 2049.58 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz: 37.60 g; Kw. tł. nasy.: 10.29 g; Węglowodany ogółem: 360.55 g; W tym cukry: 72.24 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	
2024-03-20 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 100 g (RYB.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ., GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ., SOJ., MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twaróg półtusty 60 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ., GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN							Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml (MLE.)
2024-03-20 środa	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ., MLE., SEL.) Pulpet drobiowy 200 g (GLU PSZ., JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ., MLE.) Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ., MLE., SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ., JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ., MLE.) Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (GLU PSZ., SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ., MLE., SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ., JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ., MLE.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE., SEL.) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml (MLE.) Ziemniaki gotowane () 250 g Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ., SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ., JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ., MLE., SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ., JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ., MLE.) Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD							Banan 1szt. 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-20 środa PN Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	Banan 1szt. 1 szt				Banan 1szt. 1 szt			Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2723.16 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 85.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 393.31 g; W tym cukry: 109.76 g; Błonnik pok.: 32.45 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2171.76 kcal; Białko ogółem: 77.35 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 329.08 g; W tym cukry: 67.92 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 683.19 kcal; Białko ogółem: 18.29 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Błonnik pok.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2329.75 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 65.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 362.09 g; W tym cukry: 107.11 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 2350.88 kcal; Białko ogółem: 70.12 g; Tłuszcz: 74.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 363.25 g; W tym cukry: 102.13 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sól: 4.69 g;	Wartość energetyczna: 2239.15 kcal; Białko ogółem: 71.89 g; Tłuszcz: 47.95 g; Kw. tł. nasy.: 9.86 g; Węglowodany ogółem: 398.84 g; W tym cukry: 91.44 g; Błonnik pok.: 38.24 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2535.93 kcal; Białko ogółem: 89.83 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 400.58 g; W tym cukry: 127.26 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 8.02 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	
2024-03-21 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 130 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Dżem 40 g jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN								Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)
	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-21 czwartek	PD								Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE,)
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 100 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	PN	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)			Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)
		Wartość energetyczna: 2290.22 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 69.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; Węglowodany ogółem: 329.57 g; W tym cukry: 65.30 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2144.63 kcal; Białko ogółem: 71.16 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 326.22 g; W tym cukry: 81.90 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 683.19 kcal; Białko ogółem: 18.29 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Błonnik pok.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2235.88 kcal; Białko ogółem: 86.48 g; Tłuszcz: 71.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; W tym cukry: 66.75 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2210.02 kcal; Białko ogółem: 66.52 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 323.56 g; W tym cukry: 59.63 g; Błonnik pok.: 18.03 g; Sól: 3.86 g;	Wartość energetyczna: 1998.51 kcal; Białko ogółem: 68.58 g; Tłuszcz: 46.90 g; Kw. tł. nasy.: 8.38 g; Węglowodany ogółem: 339.43 g; W tym cukry: 49.24 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2454.23 kcal; Białko ogółem: 94.97 g; Tłuszcz: 77.28 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 356.89 g; W tym cukry: 71.19 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 6.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-22 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twarożek 130 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twarożek 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twarożek 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twarożek 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twarożek 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II SN	jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)					
2024-03-22 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 140 g (RYB,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml (MLE,) Ziemniaki gotowane () 250 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane () 250 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD	Wafle ryżowe 30 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-22 piątek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 130 g (JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PN	Wafle ryżowe 30 g				Wafle ryżowe 30 g			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtusty 20 g (MLE.)
			Wartość energetyczna: 2645.30 kcal; Białko ogółem: 135.74 g; Tłuszcz: 82.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 351.76 g; W tym cukry: 80.83 g; Błonnik pok.: 28.24 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2267.22 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 322.04 g; W tym cukry: 75.77 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 685.35 kcal; Białko ogółem: 18.48 g; Tłuszcz: 9.42 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 118.64 g; W tym cukry: 27.46 g; Błonnik pok.: 1.09 g; Sól: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2377.26 kcal; Białko ogółem: 100.80 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 348.69 g; W tym cukry: 78.59 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2361.55 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 77.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 337.09 g; W tym cukry: 77.28 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 3.73 g;	Wartość energetyczna: 2205.18 kcal; Białko ogółem: 78.21 g; Tłuszcz: 48.30 g; Kw. tł. nasy.: 7.90 g; Węglowodany ogółem: 380.49 g; W tym cukry: 75.39 g; Błonnik pok.: 35.75 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	
2024-03-23 sobota	Sniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN									Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml (MLE.)
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta (bez glutenu) 130 g Ziemniaki gotowane () 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
PD									Chrupki kukurydziane 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-23 sobota	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 g (SOJ.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (SEL.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt
			Wartość energetyczna: 2451.59 kcal; Białko ogółem: 104.11 g; Tłuszcz: 82.02 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 338.16 g; W tym cukry: 83.75 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sól: 9.19 g;	Wartość energetyczna: 2099.35 kcal; Białko ogółem: 76.05 g; Tłuszcz: 67.49 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 311.04 g; W tym cukry: 68.01 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2170.84 kcal; Białko ogółem: 70.15 g; Tłuszcz: 52.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 367.43 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2067.44 kcal; Białko ogółem: 61.83 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 328.54 g; W tym cukry: 74.28 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 1952.75 kcal; Białko ogółem: 68.49 g; Tłuszcz: 37.96 g; Kw. tł. nasy.: 8.57 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; W tym cukry: 63.55 g; Błonnik pok.: 34.21 g; Sól: 10.34 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-24 niedziela	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twaróg półtusty 100 g (MLE,) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ,) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twaróg półtusty 60 g (MLE,) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twaróg półtusty 60 g (MLE,) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twarożek 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (SEL,) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 250 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 250 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD								Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE,)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-24 niedziela	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PN	Ciasto drożdżowe 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)			Ciasto drożdżowe 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Ciasto drożdżowe 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)
		Wartość energetyczna: 2850.93 kcal; Białko ogółem: 125.99 g; Tłuszcz: 100.81 g; Kw. tł. nasy.: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 372.56 g; W tym cukry: 86.47 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2168.37 kcal; Białko ogółem: 79.16 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 329.71 g; W tym cukry: 73.91 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 683.19 kcal; Białko ogółem: 18.29 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Błonnik pok.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2501.07 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 68.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 385.62 g; W tym cukry: 88.04 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2470.22 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 87.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 340.32 g; W tym cukry: 78.71 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 4.68 g;	Wartość energetyczna: 2346.90 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 65.31 g; Kw. tł. nasy.: 15.02 g; Węglowodany ogółem: 362.04 g; W tym cukry: 61.27 g; Błonnik pok.: 34.65 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2917.98 kcal; Białko ogółem: 119.39 g; Tłuszcz: 96.22 g; Kw. tł. nasy.: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 406.22 g; W tym cukry: 106.82 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 7.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-25 poniedziałek Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
II ŚN								<p>Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.)</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	
2024-03-25 poniedziałek	Obiad	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sytko 250 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD								Chrupki kukurydziane 20 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 130 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa-produkt oślonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN	Banan 1szt. 1 szt				Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-25 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2342.04 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 51.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 391.89 g; W tym cukry: 109.16 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 1978.52 kcal; Białko ogółem: 65.61 g; Tłuszcz: 46.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 334.48 g; W tym cukry: 63.34 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2220.28 kcal; Białko ogółem: 73.35 g; Tłuszcz: 47.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 386.58 g; W tym cukry: 105.10 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 4.65 g;	Wartość energetyczna: 2104.67 kcal; Białko ogółem: 56.53 g; Tłuszcz: 43.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 379.48 g; W tym cukry: 104.13 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sól: 2.78 g;	Wartość energetyczna: 2222.32 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz: 45.66 g; Kw. tł. nasy.: 10.42 g; Węglowodany ogółem: 387.02 g; W tym cukry: 77.37 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2422.49 kcal; Białko ogółem: 80.24 g; Tłuszcz: 52.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 418.45 g; W tym cukry: 104.53 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 5.34 g;
2024-03-26 wtorek	Makaron na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 130 g (SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Makaron na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ, PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN								Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	
2024-03-26 wtorek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 140 g (GLU PSZ, JAJ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL,) Ryż na sypko 250 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ,) Sos ziołowy* (bez glutenu) 100 ml (SEL,) Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* (bez mleka) 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD							Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ,)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-26 wtorek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt				Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
			Wartość energetyczna: 2562.00 kcal; Białko ogółem: 114.26 g; Tłuszcz: 80.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 359.84 g; W tym cukry: 74.93 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2231.62 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 338.90 g; W tym cukry: 64.92 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2304.44 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 67.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 346.57 g; W tym cukry: 71.50 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2267.16 kcal; Białko ogółem: 74.53 g; Tłuszcz: 79.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 322.56 g; W tym cukry: 64.40 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2139.95 kcal; Białko ogółem: 78.52 g; Tłuszcz: 48.92 g; Kw. tł. nasy.: 11.09 g; Węglowodany ogółem: 363.56 g; W tym cukry: 54.08 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sól: 9.84 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	
2024-03-27 środa	Śniadanie	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 130 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN							Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	Obiad	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 140 g Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki gotowane () 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,)	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 100 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane () 250 g Dynia z wody z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 250 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-27 środa	PD								Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE,)
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,)		Wafle ryżowe 30 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-27 środa	Wartość energetyczna: 2290.67 kcal; Białko ogółem: 114.96 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 330.84 g; W tym cukry: 76.95 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2224.58 kcal; Białko ogółem: 71.73 g; Tłuszcz: 53.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 371.61 g; W tym cukry: 75.20 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2139.40 kcal; Białko ogółem: 92.70 g; Tłuszcz: 54.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 327.26 g; W tym cukry: 76.95 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2058.78 kcal; Białko ogółem: 72.25 g; Tłuszcz: 60.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 308.95 g; W tym cukry: 70.93 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sól: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2046.32 kcal; Białko ogółem: 76.18 g; Tłuszcz: 33.67 g; Kw. tł. nasy.: 6.95 g; Węglowodany ogółem: 368.86 g; W tym cukry: 58.07 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2318.04 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 365.68 g; W tym cukry: 102.69 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 5.66 g;
2024-03-28 czwartek	Śniadanie kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN								Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtusty 20 g (MLE,)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	
2024-03-28 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 100 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Jabłko pieczone 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PD							Chrupki kukurydziane 20 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-28 czwartek	PN	Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt
		Wartość energetyczna: 2407.89 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 350.67 g; W tym cukry: 80.06 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2193.33 kcal; Białko ogółem: 78.78 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 332.33 g; W tym cukry: 67.81 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2320.37 kcal; Białko ogółem: 78.82 g; Tłuszcz: 56.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 388.02 g; W tym cukry: 80.32 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 2143.42 kcal; Białko ogółem: 53.66 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; W tym cukry: 73.32 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 3.29 g;	Wartość energetyczna: 2081.65 kcal; Białko ogółem: 64.04 g; Tłuszcz: 36.60 g; Kw. tł. nasy.: 7.07 g; Węglowodany ogółem: 389.12 g; W tym cukry: 62.81 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2504.51 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 72.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 381.35 g; W tym cukry: 80.83 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 7.20 g;
2024-03-29 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jabłko 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Dżem 40 g jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Mandarynka 75 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Mandarynka 75 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Mandarynka 75 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Jabłko 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
II ŚN								Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
Obiad	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Pulpet rybny (Morszczuk) 200 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Ziemniaki gotowane () 250 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane () 250 g Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD								jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 130 g (JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-29 piątek	PN	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)			Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chrupki kukurydziane 20 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2731.74 kcal; Białko ogółem: 145.87 g; Tłuszcz: 77.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; W tym cukry: 76.62 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2246.25 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz: 60.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 351.13 g; W tym cukry: 89.20 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2360.99 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 62.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 359.28 g; W tym cukry: 76.08 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 2193.33 kcal; Białko ogółem: 83.96 g; Tłuszcz: 65.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 325.82 g; W tym cukry: 69.32 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 2101.06 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 36.68 g; Kw. tł. nasy.: 7.69 g; Węglowodany ogółem: 384.03 g; W tym cukry: 70.81 g; Błonnik pok.: 32.02 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2529.95 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 65.10 g; Kw. tł. nasy.: 28.56 g; Węglowodany ogółem: 391.15 g; W tym cukry: 101.44 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 5.29 g;
2024-03-30 sobota	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 130 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 60 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 80 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN								

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-30 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta (bez glutenu)* 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi () 100 g (<u>MLE.</u>)	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD								Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Rukola 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 40 g Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-30 sobota	PN	Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt				Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2288.11 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 53.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 377.19 g; W tym cukry: 114.62 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 1965.05 kcal; Białko ogółem: 73.43 g; Tłuszcz: 48.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 323.58 g; W tym cukry: 71.71 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sól: 6.00 g;	Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2199.05 kcal; Białko ogółem: 81.03 g; Tłuszcz: 49.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 373.38 g; W tym cukry: 112.51 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 2108.58 kcal; Białko ogółem: 61.76 g; Tłuszcz: 54.05 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 354.70 g; W tym cukry: 107.49 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 2.26 g;	Wartość energetyczna: 1934.84 kcal; Białko ogółem: 65.11 g; Tłuszcz: 32.61 g; Kw. tł. nasy.: 6.14 g; Węglowodany ogółem: 361.41 g; W tym cukry: 101.65 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2459.35 kcal; Białko ogółem: 87.44 g; Tłuszcz: 55.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 419.99 g; W tym cukry: 136.26 g; Błonnik pok.: 33.60 g; Sól: 5.05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-31 niedziela Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chałka 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)</p>	<p>Żurek z jajkiem i kiełbasą () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Chałka 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka drożdżowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)</p>	<p>Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chałka 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chałka 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)</p>
II ŚN								Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	
2024-03-31 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos zielony* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Cwikła z chrzanem 100 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD							Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wafle ryżowe 30 g			Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-03-31 niedziela	Wartość energetyczna: 2685.62 kcal; Białko ogółem: 122.83 g; Tłuszcz: 98.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.40 g; Węglowodany ogółem: 332.62 g; W tym cukry: 73.15 g; Błonnik pok.: 17.51 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2107.05 kcal; Białko ogółem: 77.41 g; Tłuszcz: 67.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 304.73 g; W tym cukry: 50.24 g; Błonnik pok.: 20.04 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 683.19 kcal; Białko ogółem: 18.29 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Błonnik pok.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2484.92 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 330.37 g; W tym cukry: 71.98 g; Błonnik pok.: 17.09 g; Sól: 4.65 g;	Wartość energetyczna: 2192.89 kcal; Białko ogółem: 92.23 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 317.66 g; W tym cukry: 61.84 g; Błonnik pok.: 18.58 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2104.28 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 13.25 g; Węglowodany ogółem: 308.50 g; W tym cukry: 40.04 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2723.36 kcal; Białko ogółem: 114.08 g; Tłuszcz: 93.25 g; Kw. tł. nasy.: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 363.67 g; W tym cukry: 92.61 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sól: 5.48 g;
2024-04-01 poniedziałek	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Rukola 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Rukola 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem kl M 100 g (JAJ, MLE, GOR,) Rukola 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Rukola 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN								Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml (MLE,)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-04-01 poniedziałek	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie* 200 g (GLU PSZ, MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 70 g	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 70 g	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)
	PD								Płatki kukurydziane 20 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca
2024-04-01 poniedziałek	PN	jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)
		Wartość energetyczna: 2360.27 kcal; Białko ogółem: 117.23 g; Tłuszcz: 64.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 339.03 g; W tym cukry: 67.98 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2196.63 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 337.94 g; W tym cukry: 61.50 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2202.17 kcal; Białko ogółem: 78.11 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 322.73 g; W tym cukry: 66.76 g; Błonnik pok.: 16.21 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2032.55 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz: 64.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 297.75 g; W tym cukry: 70.94 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sól: 4.34 g;	Wartość energetyczna: 1864.92 kcal; Białko ogółem: 84.33 g; Tłuszcz: 40.13 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; Węglowodany ogółem: 304.09 g; W tym cukry: 62.72 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2287.70 kcal; Białko ogółem: 103.10 g; Tłuszcz: 56.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 351.79 g; W tym cukry: 87.86 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sól: 6.26 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-18 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.)</p>	<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
	II ŚN			
	Obiad	<p>Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-18 poniedziałek	PD			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,)	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
		Wartość energetyczna: 2234.26 kcal; Białko ogółem: 84.74 g; Tłuszcz: 65.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 339.49 g; W tym cukry: 85.44 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 665.15 kcal; Białko ogółem: 19.20 g; Tłuszcz: 9.99 g; Kw. tł. nasy.: 4.72 g; Węglowodany ogółem: 129.38 g; W tym cukry: 46.23 g; Błonnik pok.: 11.14 g; Sól: 1.80 g;	Wartość energetyczna: 2218.53 kcal; Białko ogółem: 58.45 g; Tłuszcz: 45.08 g; Kw. tł. nasy.: 6.08 g; Węglowodany ogółem: 420.66 g; W tym cukry: 92.69 g; Błonnik pok.: 54.63 g; Sól: 8.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-19 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (SEZ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			
2024-03-19 wtorek	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Sos meksykański 100 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Sos meksykański 100 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-19 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Ser żółty 60 g (MLE,) Rzodkiew biała 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,)	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Rzodkiew biała 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ZYT, GLU JĘCZ,)
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2354.90 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 63.32 g; Kw. tł. nasy.: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 360.35 g; W tym cukry: 87.27 g; Błonnik pok.: 39.30 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 670.79 kcal; Białko ogółem: 20.82 g; Tłuszcz: 9.98 g; Kw. tł. nasy.: 4.63 g; Węglowodany ogółem: 128.84 g; W tym cukry: 43.02 g; Błonnik pok.: 8.47 g; Sól: 1.30 g;	Wartość energetyczna: 2077.58 kcal; Białko ogółem: 67.01 g; Tłuszcz: 41.72 g; Kw. tł. nasy.: 6.23 g; Węglowodany ogółem: 367.64 g; W tym cukry: 75.07 g; Błonnik pok.: 40.06 g; Sól: 7.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-20 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN			
2024-03-20 środa	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (MLE, SO2.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety ziemniaczane (). 300 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-20 środa PN	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2353.54 kcal; Białko ogółem: 69.75 g; Tłuszcz: 61.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 393.96 g; W tym cukry: 103.03 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 557.67 kcal; Białko ogółem: 17.55 g; Tłuszcz: 9.38 g; Kw. tł. nasy.: 4.50 g; Węglowodany ogółem: 103.50 g; W tym cukry: 42.49 g; Błonnik pok.: 6.15 g; Sól: 1.26 g;	Wartość energetyczna: 2420.34 kcal; Białko ogółem: 56.33 g; Tłuszcz: 60.09 g; Kw. tł. nasy.: 7.05 g; Węglowodany ogółem: 433.02 g; W tym cukry: 91.34 g; Błonnik pok.: 43.70 g; Sól: 6.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-21 czwartek Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN			
Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-21 czwartek	PD			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Ser topiony 60 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (SEZ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PN	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2192.33 kcal; Białko ogółem: 67.17 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; W tym cukry: 64.08 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 669.37 kcal; Białko ogółem: 19.63 g; Tłuszcz: 10.92 g; Kw. tł. nasy.: 4.76 g; Węglowodany ogółem: 128.08 g; W tym cukry: 42.64 g; Błonnik pok.: 9.41 g; Sól: 1.29 g;	Wartość energetyczna: 2054.09 kcal; Białko ogółem: 46.63 g; Tłuszcz: 59.60 g; Kw. tł. nasy.: 7.37 g; Węglowodany ogółem: 344.64 g; W tym cukry: 49.60 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 7.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-22 piątek	Śniadanie	<p>Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,)</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
	II SN			
2024-03-22 piątek	Obiad	<p>Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Kotlet z fasoli i marchwi () 100 g (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Szpinakowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Kotlety z soczewicy () 100 g (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>
	PD			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-22 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)	Grysikowa () 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2305.76 kcal; Białko ogółem: 63.02 g; Tłuszcz: 68.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 369.84 g; W tym cukry: 91.30 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 546.48 kcal; Białko ogółem: 16.74 g; Tłuszcz: 8.38 g; Kw. tł. nasy.: 3.74 g; Węglowodany ogółem: 104.15 g; W tym cukry: 39.86 g; Błonnik pok.: 6.21 g; Sól: 1.23 g;	Wartość energetyczna: 2495.75 kcal; Białko ogółem: 67.62 g; Tłuszcz: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 6.77 g; Węglowodany ogółem: 441.22 g; W tym cukry: 78.40 g; Błonnik pok.: 52.90 g; Sól: 6.55 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-23 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 130 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-23 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Hummus 60 g (SEZ,) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,)	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ZYT, GLU JĘCZ,)
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
		Wartość energetyczna: 2195.86 kcal; Białko ogółem: 51.53 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 372.02 g; W tym cukry: 78.18 g; Błonnik pok.: 31.57 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 574.68 kcal; Białko ogółem: 16.82 g; Tłuszcz: 9.90 g; Kw. tł. nasy.: 4.64 g; Węglowodany ogółem: 108.49 g; W tym cukry: 42.16 g; Błonnik pok.: 7.74 g; Sól: 1.69 g;	Wartość energetyczna: 1969.60 kcal; Białko ogółem: 50.21 g; Tłuszcz: 36.30 g; Kw. tł. nasy.: 5.40 g; Węglowodany ogółem: 379.44 g; W tym cukry: 66.02 g; Błonnik pok.: 41.33 g; Sól: 7.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-24 niedziela	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-24 niedziela	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (SEZ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2419.91 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 362.25 g; W tym cukry: 73.97 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 536.07 kcal; Białko ogółem: 15.18 g; Tłuszcz: 6.91 g; Kw. tł. nasy.: 3.55 g; Węglowodany ogółem: 105.79 g; W tym cukry: 39.18 g; Błonnik pok.: 5.79 g; Sól: 1.19 g;	Wartość energetyczna: 2126.07 kcal; Białko ogółem: 52.03 g; Tłuszcz: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 6.77 g; Węglowodany ogółem: 365.64 g; W tym cukry: 59.63 g; Błonnik pok.: 36.31 g; Sól: 6.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-25 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Ser topiony 60 g (MLE.) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
	II ŚN			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-25 poniedziałek	Obiad	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN	Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-25 poniedziałek		<p>Wartość energetyczna: 2304.28 kcal; Białko ogółem: 68.04 g; Tłuszcz: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 382.46 g; W tym cukry: 103.30 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 5.81 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 627.03 kcal; Białko ogółem: 18.52 g; Tłuszcz: 9.80 g; Kw. tł. nasy.: 3.99 g; Węglowodany ogółem: 121.00 g; W tym cukry: 42.99 g; Błonnik pok.: 9.22 g; Sól: 1.24 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2476.29 kcal; Białko ogółem: 62.97 g; Tłuszcz: 48.16 g; Kw. tł. nasy.: 6.63 g; Węglowodany ogółem: 464.41 g; W tym cukry: 97.14 g; Błonnik pok.: 43.99 g; Sól: 6.41 g;</p>
2024-03-26 wtorek	Śniadanie	<p>Makaron na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Makaron na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (SEZ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
II ŚN				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-26 wtorek	Obiad	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>)</p> <p>Pierogi ukraińskie * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)</p> <p>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g</p> <p>Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)</p> <p>Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)</p> <p>Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (<u>GLU PSZ, GLU JĘCZ,</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>
	PD			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-26 wtorek	Kolacja	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU JEĆZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 12,5 g (MLE.)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)</p> <p>Pomidor 60 g</p> <p>Rukola 10 g</p>	<p>Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt</p> <p>Pasta z brokuła * 60 g</p> <p>Ogórek kiszony 60 g</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JEĆZ.)</p>
	PN	<p>Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt</p>		<p>Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt</p>
		<p>Wartość energetyczna: 2061.55 kcal; Białko ogółem: 71.01 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 309.27 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 6.79 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 640.09 kcal; Białko ogółem: 19.46 g; Tłuszcz: 9.48 g; Kw. tł. nasy.: 4.52 g; Węglowodany ogółem: 123.44 g; W tym cukry: 42.96 g; Błonnik pok.: 8.08 g; Sól: 1.29 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2111.40 kcal; Białko ogółem: 49.36 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 8.14 g; Węglowodany ogółem: 337.81 g; W tym cukry: 63.32 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 10.17 g;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-27 środa	Sniadanie	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Kotlety ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (GLU PSZ,) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Kotlety ziemniaczane (). 300 g (GLU PSZ,) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (GLU PSZ,) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-27 środa	PD			
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Hummus 60 g (SEZ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,)</p>	<p>Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ZYT, GLU JĘCZ,)</p>
	PN	<p>Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE,)</p>		<p>Wafle ryżowe 30 g</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-27 środa		Wartość energetyczna: 2410.51 kcal; Białko ogółem: 67.93 g; Tłuszcz: 79.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 364.67 g; W tym cukry: 71.56 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 542.24 kcal; Białko ogółem: 14.67 g; Tłuszcz: 6.85 g; Kw. tł. nasy.: 3.55 g; Węglowodany ogółem: 108.42 g; W tym cukry: 39.21 g; Błonnik pok.: 5.82 g; Sól: 1.19 g;	Wartość energetyczna: 2305.70 kcal; Białko ogółem: 55.62 g; Tłuszcz: 51.11 g; Kw. tł. nasy.: 6.34 g; Węglowodany ogółem: 420.49 g; W tym cukry: 56.17 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 7.12 g;
2024-03-28 czwartek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-28 czwartek	Obiad	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Makaron z warzywami* b/mleka 300 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>
	PD			
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Masło extra 82% 12,5 g (MLE.)</p> <p>Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)</p> <p>Rzodkiew biała 60 g</p> <p>Sałata zielona 10 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt</p> <p>Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL.)</p> <p>Rzodkiew biała 60 g</p> <p>Sałata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-28 czwartek	PN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
		Wartość energetyczna: 2170.55 kcal; Białko ogółem: 73.42 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 358.89 g; W tym cukry: 81.04 g; Błonnik pok.: 35.16 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 676.08 kcal; Białko ogółem: 19.58 g; Tłuszcz: 9.32 g; Kw. tł. nasy.: 4.48 g; Węglowodany ogółem: 132.76 g; W tym cukry: 47.24 g; Błonnik pok.: 9.08 g; Sól: 1.58 g;	Wartość energetyczna: 1924.39 kcal; Białko ogółem: 52.33 g; Tłuszcz: 35.19 g; Kw. tł. nasy.: 5.00 g; Węglowodany ogółem: 363.22 g; W tym cukry: 64.30 g; Błonnik pok.: 40.44 g; Sól: 6.53 g;
2024-03-29 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 40 g Mandarynka 75 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Mandarynka 75 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 10 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-29 piątek	II ŚN			
	Obiad	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (SEZ.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-29 piątek	PN	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Chrupki kukurydziane 20 g
		Wartość energetyczna: 2187.94 kcal; Białko ogółem: 77.21 g; Tłuszcz: 54.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 356.45 g; W tym cukry: 82.61 g; Błonnik pok.: 33.61 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 614.72 kcal; Białko ogółem: 18.69 g; Tłuszcz: 9.85 g; Kw. tł. nasy.: 4.63 g; Węglowodany ogółem: 115.91 g; W tym cukry: 41.98 g; Błonnik pok.: 6.00 g; Sól: 1.27 g;	Wartość energetyczna: 2130.09 kcal; Białko ogółem: 63.76 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 6.37 g; Węglowodany ogółem: 369.59 g; W tym cukry: 68.88 g; Błonnik pok.: 40.67 g; Sól: 7.38 g;
2024-03-30 sobota	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Hummus 40 g (SEZ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Hummus 40 g (SEZ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g
	II ŚN			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-30 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi () 100 g (<u>MLE.</u>)	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Pomidor 60 g Rukola 10 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-30 sobota	PN	Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2217.94 kcal; Białko ogółem: 69.81 g; Tłuszcz: 55.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 374.58 g; W tym cukry: 111.86 g; Błonnik pok.: 33.12 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 569.11 kcal; Białko ogółem: 21.17 g; Tłuszcz: 2.73 g; Kw. tł. nasy.: 0.55 g; Węglowodany ogółem: 120.83 g; W tym cukry: 39.03 g; Błonnik pok.: 10.74 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 1990.13 kcal; Białko ogółem: 49.15 g; Tłuszcz: 43.09 g; Kw. tł. nasy.: 6.86 g; Węglowodany ogółem: 367.46 g; W tym cukry: 88.34 g; Błonnik pok.: 36.80 g; Sól: 6.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-31 niedziela Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chałka 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-31 niedziela	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwikła z chrzanem 100 g (MLE, S02.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Cwikła z chrzanem 100 g (MLE, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Hummus 60 g (SEZ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Sałata zielona 10 g
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Wafle ryżowe 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-03-31 niedziela		Wartość energetyczna: 2330.30 kcal; Białko ogółem: 73.85 g; Tłuszcz: 79.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.29 g; Węglowodany ogółem: 338.19 g; W tym cukry: 75.80 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 628.02 kcal; Białko ogółem: 23.59 g; Tłuszcz: 13.31 g; Kw. tł. nasy.: 5.67 g; Węglowodany ogółem: 107.19 g; W tym cukry: 41.98 g; Błonnik pok.: 7.38 g; Sól: 1.29 g;	Wartość energetyczna: 1919.85 kcal; Białko ogółem: 47.57 g; Tłuszcz: 44.44 g; Kw. tł. nasy.: 6.64 g; Węglowodany ogółem: 339.90 g; W tym cukry: 61.75 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 5.55 g;
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem kl M 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta warzywna () 60 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 60 g Rukola 10 g
II ŚN				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-01 poniedziałek	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie* 200 g (GLU PSZ, MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety ziemniaczane (). 300 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 70 g
	PD			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pasta z fasoli 60 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-18 do dnia 2024-04-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-01 poniedziałek	PN	jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE .)		jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE .)
		Wartość energetyczna: 2270.20 kcal; Białko ogółem: 64.77 g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 353.96 g; W tym cukry: 60.71 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sól: 5.52 g;	Wartość energetyczna: 580.55 kcal; Białko ogółem: 21.47 g; Tłuszcz: 3.34 g; Kw. tł. nasy.: 0.72 g; Węglowodany ogółem: 120.20 g; W tym cukry: 48.51 g; Błonnik pok.: 6.46 g; Sól: 1.37 g;	Wartość energetyczna: 2036.00 kcal; Białko ogółem: 53.19 g; Tłuszcz: 42.86 g; Kw. tł. nasy.: 6.70 g; Węglowodany ogółem: 375.75 g; W tym cukry: 63.76 g; Błonnik pok.: 37.55 g; Sól: 5.42 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JEĆCZ - 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,