

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-15 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> )				
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 200 g ( <b>MLE.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kopytka ziemniaczane z masłem () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD		Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-15 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Poledwica z drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Jabłko pieczone 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt				
			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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-16 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 250 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 130 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <b>MLE. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 250 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 100 g Buraczki gotowane () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 140 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
PD		Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> )				Sok pomidorowy 200 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-16 wtorek	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Rzodkiew biała 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Rzodkiew biała 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> )		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2138.62 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 50.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 337.49 g; W tym cukry: 87.83 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 1527.02 kcal; Białko ogółem: 80.54 g; Tłuszcz: 33.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 232.28 g; W tym cukry: 61.29 g; Błonnik pok.: 15.06 g; Sól: 4.04 g;	Wartość energetyczna: 2137.71 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 334.76 g; W tym cukry: 92.58 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 2136.73 kcal; Białko ogółem: 100.94 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 334.53 g; W tym cukry: 92.42 g; Błonnik pok.: 21.01 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 2065.93 kcal; Białko ogółem: 100.56 g; Tłuszcz: 39.79 g; Kw. tł. nasy.: 14.84 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; W tym cukry: 75.47 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 1904.96 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 50.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; Węglowodany ogółem: 284.22 g; W tym cukry: 47.57 g; Błonnik pok.: 44.69 g; Sól: 8.17 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: 1969.73 kcal; Białko ogółem: 59.63 g; Tłuszcz: 49.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 333.84 g; W tym cukry: 89.81 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2307.70 kcal; Białko ogółem: 125.89 g; Tłuszcz: 54.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; W tym cukry: 94.28 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2087.16 kcal; Białko ogółem: 86.94 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 322.94 g; W tym cukry: 73.53 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 7.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-17 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB. SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 30 g ( <b>RYB.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 80 g ( <b>RYB.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB. SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy ( ) 80 g ( <b>RYB.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> )				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )				
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 100 g ( <b>MLE. SO2.</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ. GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 100 g Marchew oprószana z olejem ( ) 160 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c ( ) 100 g ( <b>MLE. SO2.</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ. GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Kopytka ziemniaczane ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 200 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		
PD		Banan 1szt. 1 szt				Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-17 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
	PN	Banan 1szt. 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Banan 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> )	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;	Wartość energetyczna: 2181.25 kcal; Białko ogółem: 49.41 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 366.69 g; W tym cukry: 104.75 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 5.86 g;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-18 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 30 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 20 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 130 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )				
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.</b> ) Fasolka po bretońsku 300 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka szwedzka () 100 g ( <b>GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g ( <b>GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g ( <b>GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 200 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE<sub>1</sub></b> )					Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE<sub>1</sub></b> )				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL<sub>1</sub></b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 100 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</b> )
PN	Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></b> )					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <b>SOJ,</b> )		Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE<sub>1</sub></b> )		
	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;	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;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-19 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 130 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )				
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 160 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 140 g ( <b>RYB.</b> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD		Wafle ryżowe 30 g					Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-19 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</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> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g ( <u>JAJ, MLE.</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> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</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> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</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> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 130 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <u>MLE.</u> )		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;	Wartość energetyczna: 2307.86 kcal; Białko ogółem: 75.89 g; Tłuszcz: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 363.63 g; W tym cukry: 77.99 g; Błonnik pok.: 31.12 g; Sól: 4.60 g;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
2024-04-20 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g 1 szt Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Płatki jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 100 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> )				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )				
2024-04-20 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bigos 300 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, GOR.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 250 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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			Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
2024-04-20 sobota PN	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 30 g ( <b>SEZ.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 30 g ( <b>SEZ.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Galaretka drobiowa z udzka kurczaka () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g ( <b>SOJ.</b> )		Jabłko 1 szt 1 szt		
			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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-21 niedziela	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 40 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 100 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 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 ( <b>MLE.</b> )				
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane () 100 g Brokuł gotowany* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ. MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ. MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
2024-04-21 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, 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> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, 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, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, 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, parzony w osłonce 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 ZYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowni 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce 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 ZYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Tłuszcz do smarowni 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, 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> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z c 250 ml ( <u>GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> ) Pomidor 60 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 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u> )
		PN	Ciasto drożdżowe 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szyńka 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: 2625.50 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Tłuszcz: 93.01 g; Kw. tł. nasy.: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 349.00 g; W tym cukry: 66.49 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 1882.79 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 237.56 g; W tym cukry: 46.53 g; Błonnik pok.: 15.41 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2607.68 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 87.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 356.00 g; W tym cukry: 68.86 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2504.71 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 78.74 g; Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 353.23 g; W tym cukry: 68.52 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2423.91 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 69.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 353.06 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2177.07 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 72.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 291.09 g; W tym cukry: 58.20 g; Błonnik pok.: 38.80 g; Sól: 7.40 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: 2337.06 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz: 66.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 374.56 g; W tym cukry: 70.22 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2683.03 kcal; Białko ogółem: 119.17 g; Tłuszcz: 89.08 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 360.56 g; W tym cukry: 69.89 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2040.23 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 314.97 g; W tym cukry: 65.51 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 8.87 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-22, poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 100 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> )				Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwopryswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-22 poniedziałek	Oblad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż (brązowy) z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy*b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 200 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Chrupki kukurydziane 20 g			Jabłko 1 szt. 1 szt Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 130 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
PN			Banan 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 20 g ( <b>MLE.</b> )		Banan 1szt. 1 szt		



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-22, 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;	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;
2024-04-23 wtorek	Makaron na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw ( ) 70 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g	Makaron na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw ( ) 130 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-23 wtorek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 160 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi ukraińskie * 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 140 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		PD	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwiczka z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> )		Sok pomidorowy 200 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )					
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w ostłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w ostłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w ostłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połudwiczka z warzywami, dr.-wp., drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połudwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w ostłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połudwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w ostłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w ostłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-23 wtorek	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE.</b> )	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2262.04 kcal; Białko ogółem: 92.61 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 342.63 g; W tym cukry: 66.73 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 9.91 g;	Wartość energetyczna: 1706.56 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; Tłuszcz: 52.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 237.88 g; W tym cukry: 43.90 g; Błonnik pok.: 20.65 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2340.14 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.74 g; Węglowodany ogółem: 351.13 g; W tym cukry: 73.16 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2339.16 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.74 g; Węglowodany ogółem: 350.91 g; W tym cukry: 73.00 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2218.30 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 53.20 g; Kw. tł. nasy.: 15.15 g; Węglowodany ogółem: 350.42 g; W tym cukry: 72.85 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2077.32 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 59.22 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 312.01 g; W tym cukry: 41.39 g; Błonnik pok.: 45.75 g; Sól: 8.67 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: 2053.28 kcal; Białko ogółem: 52.61 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 318.04 g; W tym cukry: 71.71 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2528.11 kcal; Białko ogółem: 118.43 g; Tłuszcz: 73.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 362.51 g; W tym cukry: 74.66 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2262.14 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 341.93 g; W tym cukry: 64.76 g; Błonnik pok.: 31.29 g; Sól: 7.41 g;
2024-04-24 środa	Śniadanie	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 130 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 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 ( <b>MLE.</b> )					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-24 środa	Obiad	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Gyros z kurczaka 100 g ( <b>GOR.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 100 g Dyńia duszona z olejem* 160 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety ziemniaczane-dieta () (pieczone) 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 140 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		PD	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE.</b> )					
2024-04-24 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-24 środa	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )		
		Wartość energetyczna: 2211.06 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 313.11 g; W tym cukry: 73.46 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 1480.26 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz: 40.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 209.96 g; W tym cukry: 54.08 g; Błonnik pok.: 13.78 g; Sól: 3.90 g;	Wartość energetyczna: 2202.40 kcal; Białko ogółem: 95.90 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 331.96 g; W tym cukry: 81.65 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2201.91 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 331.85 g; W tym cukry: 81.57 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2121.11 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 48.80 g; Kw. tł. nasy.: 16.06 g; Węglowodany ogółem: 331.67 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2000.04 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 301.57 g; W tym cukry: 59.77 g; Błonnik pok.: 37.08 g; Sól: 8.44 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;	Wartość energetyczna: 2353.67 kcal; Białko ogółem: 118.16 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 335.54 g; W tym cukry: 81.65 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sól: 6.82 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
2024-04-25 czwartek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 100 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE.</b> )			Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					
		Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. SEL. GOR.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 250 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 160 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLUPSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g ( <b>GLUPSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 250 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
PD		Chrupki kukurydziane 20 g				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> ,)				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ,) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ,) Paszтет z ciecierzycy ( ) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ,) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ</b> ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> ,) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ</b> ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ</b> ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ</b> ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ</b> ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy ( ) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ,) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ</b> ,)	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ZYT, GLU JĘCZ</b> ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 100 g ( <b>SOJ</b> ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ</b> ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ,) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ,) Jabłko pieczone 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ</b> ,)
PN		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ,) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g ( <b>SOJ</b> ,)		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: 347.26 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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-26 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Mandarynka 75 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 250 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Mandarynka 75 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Jabłko 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 70 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 Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				
	Obiad	Kalaforowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 250 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. RYB.</b> ) Warzywa po grecku () 160 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. RYB.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 200 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )					



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-26 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 130 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )
	PN	Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 20 g ( <b>MLE.</b> )	Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )		
		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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-27 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz., parz w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 100 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )			Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )				
2024-04-27 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Gulasz z żołądków drobiowych* 130 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz z udźca indyka 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz z udźca indyka 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Gulasz z udźca indyka 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Selerowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz warzywny dieta* 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz z udźca indyka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD	Chrupki kukurydziane 20 g			Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
2024-04-27 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z ryżu (brązowego), brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 200 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )		
	PN	Banana 1szt. 1 szt						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 20 g ( <b>MLE.</b> )		Banana 1szt. 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2473.95 kcal; Białko ogółem: 76.73 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 369.47 g; W tym cukry: 103.54 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 1884.02 kcal; Białko ogółem: 68.09 g; Tłuszcz: 47.20 g; Kw. tł. nasy.: 16.88 g; Węglowodany ogółem: 304.62 g; W tym cukry: 86.05 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 4.56 g;	Wartość energetyczna: 2401.74 kcal; Białko ogółem: 80.26 g; Tłuszcz: 67.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 377.74 g; W tym cukry: 106.34 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2401.33 kcal; Białko ogółem: 80.24 g; Tłuszcz: 67.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 377.65 g; W tym cukry: 106.27 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2320.53 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 58.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.20 g; Węglowodany ogółem: 377.47 g; W tym cukry: 106.12 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 2030.47 kcal; Białko ogółem: 75.59 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 17.18 g; Węglowodany ogółem: 305.29 g; W tym cukry: 48.79 g; Błonnik pok.: 40.75 g; Sól: 7.27 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: 2362.90 kcal; Białko ogółem: 50.88 g; Tłuszcz: 60.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 416.18 g; W tym cukry: 98.89 g; Błonnik pok.: 33.77 g; Sól: 4.68 g;	Wartość energetyczna: 2622.86 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 78.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 397.06 g; W tym cukry: 109.14 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2167.74 kcal; Białko ogółem: 72.66 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 327.94 g; W tym cukry: 65.54 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 7.24 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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 łatwopryswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-28 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 70 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 130 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> )				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
2024-04-28 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Schab gotowany 80 g Sos własny ( ) 50 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Schab gotowany 140 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Pierogi ukraińskie * 200 g ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) 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 Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )					
2024-04-28 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )
		PN	Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE.</b> )		Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )		

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 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	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-04-28 niedziela	Wartość energetyczna: 2351.64 kcal; Białko ogółem: 104.15 g; Tłuszcz: 74.81 g; Kw. tł. nasy.: 37.65 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; W tym cukry: 57.21 g; Błonnik pok.: 22.35 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 1652.54 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz: 47.10 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 224.73 g; W tym cukry: 38.61 g; Błonnik pok.: 12.81 g; Sól: 4.45 g;	Wartość energetyczna: 2238.95 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 325.52 g; W tym cukry: 56.33 g; Błonnik pok.: 15.09 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2237.98 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; W tym cukry: 56.17 g; Błonnik pok.: 15.04 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 2142.39 kcal; Białko ogółem: 106.80 g; Tłuszcz: 48.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 324.34 g; W tym cukry: 55.60 g; Błonnik pok.: 15.05 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 1984.98 kcal; Białko ogółem: 102.80 g; Tłuszcz: 54.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 286.92 g; W tym cukry: 50.64 g; Błonnik pok.: 37.72 g; Sól: 7.49 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: 2219.39 kcal; Białko ogółem: 71.46 g; Tłuszcz: 62.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 348.53 g; W tym cukry: 56.22 g; Błonnik pok.: 18.29 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2447.32 kcal; Białko ogółem: 133.42 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 328.15 g; W tym cukry: 58.07 g; Błonnik pok.: 15.09 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 1985.86 kcal; Białko ogółem: 70.41 g; Tłuszcz: 65.51 g; Kw. tł. nasy.: 32.77 g; Węglowodany ogółem: 282.64 g; W tym cukry: 54.96 g; Błonnik pok.: 15.65 g; Sól: 5.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-15 poniedziałek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) 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
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy 200 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 250 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						Jabłko 1 szt 1 szt				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-15 poniedziałek	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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			Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
			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;	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;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-16 wtorek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bg na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g ( <b>SEJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g 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 ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Sos meksykański 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Sos meksykański 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-04-16 wtorek	Kolacja	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>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Rzodkiew biała 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> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Rzodkiew biała 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLUPSZ, 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 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>GLUPSZ.</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 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Rzodkiew biała 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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 ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	
	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: 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: 2118.10 kcal; Białko ogółem: 81.69 g; Tłuszcz: 51.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 343.11 g; W tym cukry: 96.77 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2085.02 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz: 54.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 325.46 g; W tym cukry: 82.78 g; Błonnik pok.: 16.98 g; Sól: 3.32 g;	Wartość energetyczna: 2037.77 kcal; Białko ogółem: 82.42 g; Tłuszcz: 34.65 g; Kw. tł. nasy.: 9.87 g; Węglowodany ogółem: 364.55 g; W tym cukry: 72.86 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sól: 8.99 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: 2332.25 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 368.57 g; W tym cukry: 96.86 g; Błonnik pok.: 21.42 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2274.11 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 36.22 g; Węglowodany ogółem: 346.55 g; W tym cukry: 87.35 g; Błonnik pok.: 37.37 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 599.45 kcal; Białko ogółem: 19.03 g; Tłuszcz: 9.92 g; Kw. tł. nasy.: 4.63 g; Węglowodany ogółem: 111.84 g; W tym cukry: 42.61 g; Błonnik pok.: 6.54 g; Sól: 1.27 g;	Wartość energetyczna: 2068.13 kcal; Białko ogółem: 66.97 g; Tłuszcz: 39.36 g; Kw. tł. nasy.: 5.90 g; Węglowodany ogółem: 370.84 g; W tym cukry: 75.56 g; Błonnik pok.: 40.05 g; Sól: 7.62 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-04-17 środa	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny ( ) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny ( ) 80 g ( <b>RYB.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) 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 wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) 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					Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )			
2024-04-17 środa	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 250 g Marchew oprószana z olejem ( ) (bez glutenu) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 250 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kopytka ziemniaczane ( ) 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 100 g ( <b>MLE, SOJ.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety ziemniaczane ( ) 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka wykwintrna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD					Banan 1szt. 1 szt			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-04-17 środa PN	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN		Banan 1szt. 1 szt				Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt
		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;	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 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-18 czwartek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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 wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) 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						Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )			
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g ( <b>SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-18 czwartek	PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )								
	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g ( <b>SEZ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )
	PN		Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Pieczynko chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )			Pieczynko chrupkie kukurydziano ryżowe 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: 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;	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 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-19 piątek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) 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	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g 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 manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			
2024-04-19 piątek	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kotlet z fasoli i marchwi () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety z soczewicy () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						Wafle ryżowe 30 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-19 piątek	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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			Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE.</b> )	Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 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;	Wartość energetyczna: 2630.82 kcal; Białko ogółem: 117.70 g; Tłuszcz: 80.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 372.07 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 5.53 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;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-04-20 sobota	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) 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 ( <u>MLE,</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g 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 Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</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 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 ( <u>MLE, GLU JECZ,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 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	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) 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 ( <u>MLE, GLU JECZ,</u> )	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) 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					Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml ( <u>MLE,</u> )			
		Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Gulasz wieprzowy-dieta 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) 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 ( <u>MLE, SEL,</u> ) 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 ( <u>SEL,</u> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) 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 ( <u>MLE, SEL,</u> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) 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 ( <u>MLE, SEL,</u> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 130 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) 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 ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PD						Chrupki kukurydziane 20 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-04-20 sobota	Kolacja	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>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 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> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) 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 ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Hummus 60 g ( <u>SEZ.</u> ) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
				Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt	
PN										
	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;	Wartość energetyczna: 2404.95 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 374.71 g; W tym cukry: 102.41 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sól: 7.46 g;	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 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-21 niedziela	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) 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 wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g ( <b>SEL.</b> ) 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	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 250 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 250 g 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	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-21 niedziela	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g ( <b>SEZ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN		Ciasto drożdżowe 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</b> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Ciasto drożdżowe 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</b> )			Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 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: 2336.83 kcal; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 57.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 369.50 g; W tym cukry: 71.77 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2305.98 kcal; Białko ogółem: 86.23 g; Tłuszcz: 76.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 324.20 g; W tym cukry: 62.44 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sól: 4.25 g;	Wartość energetyczna: 2218.76 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 55.37 g; Kw. tł. nasy.: 14.37 g; Węglowodany ogółem: 347.30 g; W tym cukry: 52.87 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 9.48 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: 2789.84 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 86.28 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 391.48 g; W tym cukry: 98.42 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2355.84 kcal; Białko ogółem: 81.97 g; Tłuszcz: 72.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 354.88 g; W tym cukry: 69.77 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 6.76 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-22, poniedziałek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b> Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLUPSZ.)</b> Masło extra 82% 12,5 g <b>(MLE.)</b> Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.)</b> Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml <b>(MLE.)</b> Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g <b>(MLE.)</b> Połędwica z drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g <b>(SOJ.)</b> Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml <b>(SEL, GLU OW.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g <b>(SOJ.)</b> Słupki z warzyw () 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 <b>(MLE, GLU OW.)</b> Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLUPSZ.)</b> Masło extra 82% 12,5 g <b>(MLE.)</b> Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.)</b> Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 12,5 g <b>(MLE.)</b> Ser topiony 60 g <b>(MLE.)</b> Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml <b>(MLE, GLU OW.)</b> Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml <b>(SEL, GLU OW.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> 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
	II ŚN						Bułka pszenna długa krojona 30 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło extra 82% 5 g <b>(MLE.)</b> Połędwica z drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g <b>(SOJ.)</b>			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-04-22 poniedziałek	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Solferino ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 250 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety ziemniaczane ( ) 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		PD					Chrupki kukurydziane 20 g			
2024-04-22 poniedziałek	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt oślonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Grysikowa ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
		PN		Banan 1szt. 1 szt				Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-22 poniedziałek		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;	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;	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;	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;
2024-04-23 wtorek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Makaron na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g ( <b>SEZ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 250 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos ziołowy* (bez glutenu) 100 ml ( <b>SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* (bez mleka) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi ukraińskie * 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g ( <b>GLU PSZ, GLU JĘCZ.</b> ) Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> )			
Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w ostonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w ostonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w ostonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w ostonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w ostonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 60 g Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-23 wtorek	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt								
		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: 2334.96 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 349.60 g; W tym cukry: 71.33 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 2297.68 kcal; Białko ogółem: 80.87 g; Tłuszcz: 78.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2170.47 kcal; Białko ogółem: 84.85 g; Tłuszcz: 48.00 g; Kw. tł. nasy.: 10.94 g; Węglowodany ogółem: 366.59 g; W tym cukry: 53.92 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 10.91 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: 2567.51 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 383.52 g; W tym cukry: 79.05 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2097.43 kcal; Białko ogółem: 70.20 g; Tłuszcz: 67.26 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 314.71 g; W tym cukry: 69.54 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 7.75 g;	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;	Wartość energetyczna: 2112.40 kcal; Białko ogółem: 48.58 g; Tłuszcz: 68.59 g; Kw. tł. nasy.: 9.22 g; Węglowodany ogółem: 339.01 g; W tym cukry: 62.74 g; Błonnik pok.: 33.92 g; Sól: 10.20 g;
2024-04-24 środa	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż 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 Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) 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 ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż 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 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							Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-04-24 środa	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki gotowane () 200 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 100 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Dyńia z wody z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety ziemniaczane () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety ziemniaczane (). 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )			
	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 60 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-24 środa	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Wafle ryżowe 30 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE.</b> )			Wafle ryżowe 30 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: 2202.40 kcal; Białko ogółem: 95.90 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 331.96 g; W tym cukry: 81.65 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2121.78 kcal; Białko ogółem: 75.45 g; Tłuszcz: 64.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 313.65 g; W tym cukry: 75.63 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sól: 4.33 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: 2381.04 kcal; Białko ogółem: 96.88 g; Tłuszcz: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 370.38 g; W tym cukry: 107.39 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 2473.51 kcal; Białko ogółem: 71.13 g; Tłuszcz: 82.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 369.37 g; W tym cukry: 76.26 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 7.40 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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-25 czwartek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) 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						Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE.</b> )			
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* b/mleka 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
PD						Chrupki kukurydziane 20 g			
Kolacja	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> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 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> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z ciecierzycy () 60 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g ( <u>SEL.</u> ) Rzodkiew biała 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			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
	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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-26 piątek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Mandarynka 75 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Mandarynka 75 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) 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
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) 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 ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Warzywa po grecku () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-26 piątek	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) 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 ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g ( <b>SEZ.</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
	PN		Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> )		Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			Chrupki kukurydziane 20 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;	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;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-27 sobota	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g Rukola 20 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g Rukola 20 g	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )			
2024-04-28 niedziela	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz warzywny dieta* 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz z udźca indyka (bez glutenu) 230 g Ryż na sypko 250 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Gulasz z udźca indyka 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza kuskus/sypko 250 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sałatka z buraczków 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	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz z udźca indyka 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						Chrupki kukurydziane 20 g			



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-27 sobota	Kolacja	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>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> ) Sałata zielona 20 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> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () (bez mleka) 100 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Sałata zielona 20 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>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN		Banan 1szt. 1 szt				Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt
			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: 2411.18 kcal; Białko ogółem: 59.78 g; Tłuszcz: 56.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 427.91 g; W tym cukry: 111.53 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2447.23 kcal; Białko ogółem: 73.76 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 391.09 g; W tym cukry: 105.86 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2316.11 kcal; Białko ogółem: 68.18 g; Tłuszcz: 56.34 g; Kw. tł. nasy.: 10.82 g; Węglowodany ogółem: 395.54 g; W tym cukry: 90.03 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 8.25 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: 2603.64 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 420.49 g; W tym cukry: 125.39 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2403.19 kcal; Białko ogółem: 64.65 g; Tłuszcz: 60.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 410.50 g; W tym cukry: 108.22 g; Błonnik pok.: 34.13 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 612.20 kcal; Białko ogółem: 17.15 g; Tłuszcz: 8.51 g; Kw. tł. nasy.: 3.83 g; Węglowodany ogółem: 123.35 g; W tym cukry: 43.17 g; Błonnik pok.: 12.77 g; Sól: 1.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-28 niedziela	Śniadanie	Suchary b/c 60 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE.)</b> Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLUPSZ.)</b> Masło extra 82% 12,5 g <b>(MLE.)</b> Twarożek z ziołami 80 g <b>(MLE.)</b> Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml <b>(MLE.)</b> Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g <b>(MLE.)</b> Twarożek z ziołami 80 g <b>(MLE.)</b> Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g <b>(SOJ.)</b> Pomidor 70 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 manna na mleku/p 350 ml <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Bułka pszenna długa krojona 100 g <b>(GLUPSZ.)</b> Masło extra 82% 12,5 g <b>(MLE.)</b> Twarożek z ziołami 80 g <b>(MLE.)</b> Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Masło extra 82% 12,5 g <b>(MLE.)</b> Ser żółty 60 g <b>(MLE.)</b> Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 350 ml <b>(GLU PSZ, MLE.)</b>	Kasza manna na mleku/p 350 ml <b>(GLU PSZ, MLE.)</b> Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml <b>(GLU PSZ, SEL.)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g <b>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</b> Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g <b>(SEL.)</b> Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN							Bułka pszenna długa krojona 30 g <b>(GLU PSZ.)</b> Masło extra 82% 5 g <b>(MLE.)</b> Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g <b>(GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)</b>		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-04-28 niedziela	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi ukraińskie * 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Ziemniaki gotowane ( ) 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z warzywami 300 g ( <b>SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż z warzywami 300 g ( <b>SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD				Jabłko 1 szt 1 szt				
		Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Grysikowa ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN			Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Wafle ryżowe 30 g		Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )			Wafle ryżowe 30 g	

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-15 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA LUBACZÓW**

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-04-28 niedziela	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: 2151.72 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 62.54 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 314.52 g; W tym cukry: 57.75 g; Błonnik pok.: 12.25 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2107.28 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 59.60 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 307.24 g; W tym cukry: 48.64 g; Błonnik pok.: 13.48 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 2013.47 kcal; Białko ogółem: 88.24 g; Tłuszcz: 36.08 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; W tym cukry: 38.02 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 9.66 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: 2477.40 kcal; Białko ogółem: 113.20 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.86 g; Węglowodany ogółem: 361.27 g; W tym cukry: 71.39 g; Błonnik pok.: 18.63 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2200.91 kcal; Białko ogółem: 76.42 g; Tłuszcz: 64.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 337.47 g; W tym cukry: 62.69 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 588.51 kcal; Białko ogółem: 18.04 g; Tłuszcz: 8.50 g; Kw. tł. nasy.: 3.76 g; Węglowodany ogółem: 113.23 g; W tym cukry: 42.69 g; Błonnik pok.: 6.46 g; Sól: 1.23 g;	Wartość energetyczna: 2074.59 kcal; Białko ogółem: 52.29 g; Tłuszcz: 49.51 g; Kw. tł. nasy.: 6.59 g; Węglowodany ogółem: 359.79 g; W tym cukry: 48.43 g; Błonnik pok.: 31.40 g; Sól: 6.99 g;

## **Oznaczenia alergenów:**

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

## **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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