

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

2024-07-08 poniedziałek

Śniadanie	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
	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				
Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Szpinak baby z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 100 g (GLU PSZ.) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Szpinak baby z olejem 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Szpinak baby z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Szpinak baby z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Szpinak baby z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Szpinak baby z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Szpinak baby z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Szpinak baby z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
PD		Arbuz 150 g				Arbuz 150 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-08 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ,</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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Jabłko pieczone 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	PN	Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ,</u>)	Arbuz 150 g	Andruty 150 szt (<u>GLU PSZ,</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ,</u>)		Arbuz 150 g		
		Wartość energetyczna: 2347.88 kcal; Białko ogółem: 72.47 g; Tłuszcz: 82.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 342.54 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 1549.71 kcal; Białko ogółem: 52.90 g; Tłuszcz: 57.84 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; Węglowodany ogółem: 211.29 g; W tym cukry: 61.33 g; Błonnik pok.: 13.57 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 2149.82 kcal; Białko ogółem: 68.92 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 307.64 g; W tym cukry: 82.51 g; Błonnik pok.: 18.58 g; Sól: 5.35 g;	Wartość energetyczna: 15394.73 kcal; Białko ogółem: 433.54 g; Tłuszcz: 411.80 g; Kw. tł. nasy.: 60.41 g; Węglowodany ogółem: 2550.75 g; W tym cukry: 266.69 g; Błonnik pok.: 18.00 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 15295.45 kcal; Białko ogółem: 434.75 g; Tłuszcz: 399.08 g; Kw. tł. nasy.: 48.28 g; Węglowodany ogółem: 2553.39 g; W tym cukry: 266.54 g; Błonnik pok.: 18.00 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2114.45 kcal; Białko ogółem: 68.69 g; Tłuszcz: 72.50 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; Węglowodany ogółem: 312.60 g; W tym cukry: 60.98 g; Błonnik pok.: 43.66 g; Sól: 6.36 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: 2090.52 kcal; Białko ogółem: 51.76 g; Tłuszcz: 66.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 331.25 g; W tym cukry: 67.13 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sól: 4.77 g;	Wartość energetyczna: 2326.26 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 89.85 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 309.15 g; W tym cukry: 82.65 g; Błonnik pok.: 18.95 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2058.33 kcal; Białko ogółem: 61.67 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 285.96 g; W tym cukry: 62.41 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sól: 6.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeiem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-07-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)					
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 100 g Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 100 g Buraczki gotowane () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Buraczki gotowane () 100 g Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 140 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)			Sok pomidorowy 200 ml					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

2024-07-09 wtorek	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka wiosenna () 70 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 50 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka wiosenna () 70 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 100 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
	PN	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>)		Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2250.18 kcal; Białko ogółem: 99.40 g; Tłuszcz: 54.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 352.90 g; W tym cukry: 71.96 g; Błonnik pok.: 27.27 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 1653.12 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 39.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 247.15 g; W tym cukry: 46.69 g; Błonnik pok.: 15.43 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2307.74 kcal; Białko ogółem: 102.58 g; Tłuszcz: 57.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 354.64 g; W tym cukry: 78.01 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 2307.25 kcal; Białko ogółem: 102.56 g; Tłuszcz: 57.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 354.53 g; W tym cukry: 77.94 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 2226.45 kcal; Białko ogółem: 102.39 g; Tłuszcz: 48.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 354.36 g; W tym cukry: 77.79 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 1966.20 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 289.43 g; W tym cukry: 46.76 g; Błonnik pok.: 44.61 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2139.10 kcal; Białko ogółem: 61.18 g; Tłuszcz: 58.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 353.61 g; W tym cukry: 75.24 g; Błonnik pok.: 21.57 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2417.67 kcal; Białko ogółem: 119.29 g; Tłuszcz: 61.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 357.31 g; W tym cukry: 78.01 g; Błonnik pok.: 20.48 g; Sól: 6.65 g;	Wartość energetyczna: 2247.19 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 339.63 g; W tym cukry: 75.76 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 6.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-10 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB. SOJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB. SOJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB. SOJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 20g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)				
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLUPSZ. MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>)	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pierogi z truskawkami * 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) Jogurt naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pulpet drobiowy 200 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		
	PD		Banan 1szt. 1 szt				Brzoskwinia 1 szt 1 szt				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

2024-07-10 środa

PN

Kolacja

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
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,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	
Brzoskwinia 1 szt 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Brzoskwinia 1 szt 1 szt			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>)		Brzoskwinia 1 szt 1 szt		
Wartość energetyczna: 2089.14 kcal; Białko ogółem: 78.46 g; Tłuszcz: 69.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 298.90 g; W tym cukry: 66.24 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 1606.95 kcal; Białko ogółem: 67.37 g; Tłuszcz: 47.13 g; Kw. tł. nasy.: 17.99 g; Węglowodany ogółem: 238.03 g; W tym cukry: 82.67 g; Błonnik pok.: 18.87 g; Sól: 4.59 g;	Wartość energetyczna: 2066.96 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz: 65.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 298.47 g; W tym cukry: 68.75 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2066.47 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 65.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 298.36 g; W tym cukry: 68.67 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 1985.67 kcal; Białko ogółem: 81.98 g; Tłuszcz: 56.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.25 g; Węglowodany ogółem: 298.18 g; W tym cukry: 68.52 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 1931.89 kcal; Białko ogółem: 79.18 g; Tłuszcz: 63.30 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 280.80 g; W tym cukry: 47.07 g; Błonnik pok.: 38.45 g; Sól: 8.38 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: 1967.92 kcal; Białko ogółem: 50.00 g; Tłuszcz: 60.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; W tym cukry: 79.20 g; Błonnik pok.: 19.92 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 2355.56 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 82.32 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 308.33 g; W tym cukry: 68.90 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 1976.96 kcal; Białko ogółem: 75.58 g; Tłuszcz: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 283.77 g; W tym cukry: 58.65 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 7.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeiem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-07-11 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Ser topiony 30 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 130 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Dżem 40 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)				Jabłko 1 szt 1 szt				
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Fasolka po bretońsku 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 200 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-11 czwartek	PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 100 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
	PN	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ.</u>)		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2141.20 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 320.40 g; W tym cukry: 66.51 g; Błonnik pok.: 34.36 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 1727.06 kcal; Białko ogółem: 74.01 g; Tłuszcz: 56.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 239.74 g; W tym cukry: 37.36 g; Błonnik pok.: 20.37 g; Sól: 4.48 g;	Wartość energetyczna: 2274.19 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 334.43 g; W tym cukry: 67.08 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 2273.71 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 334.32 g; W tym cukry: 67.00 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 2192.91 kcal; Białko ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.92 g; Węglowodany ogółem: 334.14 g; W tym cukry: 66.85 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 1962.85 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 57.99 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 303.37 g; W tym cukry: 51.59 g; Błonnik pok.: 47.03 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2031.12 kcal; Białko ogółem: 65.80 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 302.68 g; W tym cukry: 50.36 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2355.38 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 73.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 338.60 g; W tym cukry: 67.08 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2209.79 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 335.25 g; W tym cukry: 83.68 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 7.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-12 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Arbuz 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem 40 g Arbuz 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 130 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)				
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 160 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 140 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
PD		Arbuz 150 g				Arbuz 150 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

2024-07-12 piątek

Kolacja
PN

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
Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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 smarowania 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
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: 2290.50 kcal; Białko ogółem: 78.35 g; Tłuszcz: 70.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 346.48 g; W tym cukry: 84.40 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 1680.04 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 54.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 218.18 g; W tym cukry: 66.04 g; Błonnik pok.: 18.45 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 2324.16 kcal; Białko ogółem: 102.98 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.82 g; Węglowodany ogółem: 335.50 g; W tym cukry: 86.87 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2333.23 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 66.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 335.45 g; W tym cukry: 88.43 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sól: 4.74 g;	Wartość energetyczna: 2215.37 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 13.27 g; Węglowodany ogółem: 346.92 g; W tym cukry: 100.21 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 4.74 g;	Wartość energetyczna: 2015.14 kcal; Białko ogółem: 98.30 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 265.54 g; W tym cukry: 55.66 g; Błonnik pok.: 39.65 g; Sól: 6.95 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: 2247.36 kcal; Białko ogółem: 75.83 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 347.30 g; W tym cukry: 87.34 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 2540.93 kcal; Białko ogółem: 130.73 g; Tłuszcz: 78.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 337.72 g; W tym cukry: 88.57 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 2170.76 kcal; Białko ogółem: 94.92 g; Tłuszcz: 67.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 308.85 g; W tym cukry: 84.05 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 6.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-13 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)				
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki młode gotowane () 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki młode 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 (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Ziemniaki młode 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				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-13 sobota	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 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>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 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>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 70 g Rukola 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>) 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>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 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 mieszaný pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (<u>SOJ.</u>)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2118.14 kcal; Białko ogółem: 69.15 g; Tłuszcz: 82.28 g; Kw. tł. nasy.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 287.00 g; W tym cukry: 66.32 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 12.65 g;	Wartość energetyczna: 1469.81 kcal; Białko ogółem: 65.63 g; Tłuszcz: 45.38 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 209.64 g; W tym cukry: 53.49 g; Błonnik pok.: 18.12 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2091.25 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz: 67.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 301.51 g; W tym cukry: 75.69 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2076.58 kcal; Białko ogółem: 82.52 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 296.95 g; W tym cukry: 74.07 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 1995.78 kcal; Białko ogółem: 82.34 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; Węglowodany ogółem: 296.78 g; W tym cukry: 73.92 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 1918.54 kcal; Białko ogółem: 76.52 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 17.25 g; Węglowodany ogółem: 281.81 g; W tym cukry: 54.89 g; Błonnik pok.: 39.47 g; Sól: 8.09 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: 2019.73 kcal; Białko ogółem: 60.34 g; Tłuszcz: 54.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 334.36 g; W tym cukry: 61.34 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 11.18 g;	Wartość energetyczna: 2339.79 kcal; Białko ogółem: 104.10 g; Tłuszcz: 82.38 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 307.71 g; W tym cukry: 76.08 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 11.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-14 niedziela	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 40 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 100 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) 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					
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki młode 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki młode gotowane () 100 g Brokuł gotowany* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode 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 (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-14 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,parzonyw 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,parzonyw 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,parzonyw 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 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU 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,parzonyw 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,parzonyw 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,parzonyw 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (<u>SOJ,</u>)	Ciasto drożdżowe 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)		
		Wartość energetyczna: 2550.70 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 92.97 g; Kw. tł. nasy.: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 330.30 g; W tym cukry: 67.37 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 1845.39 kcal; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz: 63.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 228.21 g; W tym cukry: 46.97 g; Błonnik pok.: 14.72 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2532.88 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 87.74 g; Kw. tł. nasy.: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 337.30 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2528.47 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 88.48 g; Kw. tł. nasy.: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 341.37 g; W tym cukry: 73.46 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2349.11 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 69.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 334.36 g; W tym cukry: 69.25 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2052.27 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 267.69 g; W tym cukry: 54.98 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 7.30 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: 2243.56 kcal; Białko ogółem: 70.86 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 351.18 g; W tym cukry: 71.32 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2608.23 kcal; Białko ogółem: 118.16 g; Tłuszcz: 89.04 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 341.86 g; W tym cukry: 70.77 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 1965.43 kcal; Białko ogółem: 79.83 g; Tłuszcz: 55.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 296.27 g; W tym cukry: 66.39 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sól: 8.87 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-15 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ. MLE, SEL.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ. MLE, SEL.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ. MLE, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ. MLE, SEL.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ. MLE, SEL.) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ. MLE, SEL.) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ. MLE, SEL.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 100 g (GLU PSZ, SOJ. MLE, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ. MLE, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-15 poniedziałek	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL. GOR.</u>) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ. MLE.</u>) Polewka truskawkowa 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ryż z jabłkami 200 g Polewka truskawkowa 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ryż z jabłkami 350 g Polewka truskawkowa 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml			Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ryż (brązowy) z jabłkami 350 g Polewka truskawkowa b/c 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ.</u> <u>MLE. SEL.</u>)	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ryż z jabłkami 350 g Polewka truskawkowa 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ryż z jabłkami 350 g Polewka truskawkowa 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ryż z jabłkami 350 g Polewka truskawkowa 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Arbuz 150 g				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU</u> <u>ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ.</u> <u>MLE. SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 130 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU</u> <u>ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)
PN		Arbuz 150 g					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU</u> <u>ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE.</u>)		Arbuz 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-15 poniedziałek		Wartość energetyczna: 2492.40 kcal; Białko ogółem: 71.22 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 377.18 g; W tym cukry: 130.00 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 1528.09 kcal; Białko ogółem: 54.57 g; Tłuszcz: 35.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 255.27 g; W tym cukry: 76.87 g; Błonnik pok.: 14.53 g; Sól: 3.78 g;	Wartość energetyczna: 2172.99 kcal; Białko ogółem: 69.18 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 369.44 g; W tym cukry: 104.93 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sól: 4.45 g;	Wartość energetyczna: 2172.01 kcal; Białko ogółem: 69.14 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 369.21 g; W tym cukry: 104.77 g; Błonnik pok.: 20.79 g; Sól: 4.43 g;	Wartość energetyczna: 2091.21 kcal; Białko ogółem: 68.97 g; Tłuszcz: 42.18 g; Kw. tł. nasy.: 16.05 g; Węglowodany ogółem: 369.04 g; W tym cukry: 104.62 g; Błonnik pok.: 20.79 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 1817.97 kcal; Białko ogółem: 62.48 g; Tłuszcz: 44.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.45 g; Węglowodany ogółem: 314.27 g; W tym cukry: 55.94 g; Błonnik pok.: 43.41 g; Sól: 5.43 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: 2227.60 kcal; Białko ogółem: 52.81 g; Tłuszcz: 53.06 g; Kw. tł. nasy.: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 395.43 g; W tym cukry: 93.28 g; Błonnik pok.: 21.66 g; Sól: 2.76 g;	Wartość energetyczna: 2332.25 kcal; Białko ogółem: 83.39 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 382.59 g; W tym cukry: 115.95 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 2024.99 kcal; Białko ogółem: 61.78 g; Tłuszcz: 50.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 341.44 g; W tym cukry: 79.73 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 5.74 g;
2024-07-16 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku/p 350 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szprot w oleju 50 g (RYB.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ. JAJ. SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

2024-07-16 wtorek

	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
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gulasz wieprzowy-dieta 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml			Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>)	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pierogi ukraińskie * 200 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD		Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ.</u>)				Sok pomidorowy 200 ml				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Ogórek świeży 60 g Rukola 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>) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 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>) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Pomidor 60 g Rukola 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>) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Ogórek świeży 60 g Rukola 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>) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Pomidor 60 g Rukola 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>) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Pomidor 60 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>) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogeniozowana w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-16 wtorek	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>)		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2478.08 kcal; Białko ogółem: 97.73 g; Tłuszcz: 89.81 g; Kw. tł. nasy.: 31.42 g; Węglowodany ogółem: 334.43 g; W tym cukry: 64.22 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 8.50 g;	Wartość energetyczna: 1630.07 kcal; Białko ogółem: 71.94 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 211.94 g; W tym cukry: 36.19 g; Błonnik pok.: 13.97 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2237.61 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 318.91 g; W tym cukry: 64.04 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2236.64 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 318.68 g; W tym cukry: 63.89 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2115.77 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz: 59.01 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 318.20 g; W tym cukry: 63.74 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2065.69 kcal; Białko ogółem: 87.58 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 298.28 g; W tym cukry: 33.18 g; Błonnik pok.: 44.80 g; Sól: 8.32 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: 2007.84 kcal; Białko ogółem: 55.06 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 304.20 g; W tym cukry: 65.42 g; Błonnik pok.: 17.52 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2365.31 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 79.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 322.51 g; W tym cukry: 64.18 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2159.61 kcal; Białko ogółem: 80.15 g; Tłuszcz: 71.33 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 309.71 g; W tym cukry: 55.64 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 7.79 g;
2024-07-17 środa	Śniadanie	Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 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 Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 250 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/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 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 pieczone 1szt. 1 szt 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt 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 130 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Miód (25g) 2 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeiem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-07-17 środa	Obiad	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gyros z kurczaka 100 g (<u>GOR.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Sałata zielona z kefirem 30 g (<u>MLE.</u>) Dynia duszona z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 100 g Dynia duszona z olejem* 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Sałata zielona z kefirem 30 g (<u>MLE.</u>) Dynia duszona z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlety ziemniaczane () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 140 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>)				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 70 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>) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 60 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>) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 70 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 70 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>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 70 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>) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawa z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeiem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
2024-07-17 środa	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>)						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</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: 2154.76 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 297.19 g; W tym cukry: 77.62 g; Błonnik pok.: 23.15 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 1456.63 kcal; Białko ogółem: 71.55 g; Tłuszcz: 42.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 200.22 g; W tym cukry: 54.48 g; Błonnik pok.: 12.84 g; Sól: 3.95 g;	Wartość energetyczna: 2143.57 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 59.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 312.76 g; W tym cukry: 82.40 g; Błonnik pok.: 20.44 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 2062.77 kcal; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 312.58 g; W tym cukry: 82.25 g; Błonnik pok.: 20.44 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 1879.73 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 52.50 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 280.34 g; W tym cukry: 59.73 g; Błonnik pok.: 35.76 g; Sól: 6.98 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: 2191.70 kcal; Białko ogółem: 49.51 g; Tłuszcz: 57.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 373.37 g; W tym cukry: 61.80 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 4.48 g;	Wartość energetyczna: 2294.84 kcal; Białko ogółem: 116.86 g; Tłuszcz: 64.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.41 g; Węglowodany ogółem: 316.34 g; W tym cukry: 82.40 g; Błonnik pok.: 20.44 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2165.74 kcal; Białko ogółem: 70.43 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 352.41 g; W tym cukry: 75.95 g; Błonnik pok.: 23.73 g; Sól: 6.92 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-18 czwartek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 50 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	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE, GLU OW.</u>) 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 (<u>MLE.</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 rozdrobiona, 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	kasza kukurydziana na ml/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>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE, GLU OW.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, 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	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, 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 b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</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 rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 100 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	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, 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
	II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)				
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Łazanki z kapustą i mięś wp z łopatk 350 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL. GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron z sosem mięśno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 250 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 160 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron z sosem mięśno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron z sosem mięśno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron z sosem mięśno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięśno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron z sosem mięśno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 250 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron z sosem mięśno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron z sosem mięśno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

2024-07-18 czwartek

	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
PD		Chrupki kukurydziane 20 g				Jabłko 1 szt 1 szt				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 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>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 50 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>) Szynka Konserwowa 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>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 60 g 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z ciecierzycy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Rzodkiew biała 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>) Szynka Konserwowa 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/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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 100 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
PN		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (<u>SOJ.</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2367.55 kcal; Białko ogółem: 75.97 g; Tłuszcz: 85.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.95 g; Węglowodany ogółem: 334.88 g; W tym cukry: 80.12 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 1659.42 kcal; Białko ogółem: 68.52 g; Tłuszcz: 49.31 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 244.79 g; W tym cukry: 46.28 g; Błonnik pok.: 20.80 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2259.81 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 66.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; W tym cukry: 80.45 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2273.42 kcal; Białko ogółem: 82.22 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 343.81 g; W tym cukry: 80.89 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2192.62 kcal; Białko ogółem: 82.04 g; Tłuszcz: 59.73 g; Kw. tł. nasy.: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 343.63 g; W tym cukry: 80.74 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2156.35 kcal; Białko ogółem: 78.29 g; Tłuszcz: 68.49 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 321.70 g; W tym cukry: 64.20 g; Błonnik pok.: 52.31 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2031.93 kcal; Białko ogółem: 59.56 g; Tłuszcz: 52.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 341.69 g; W tym cukry: 64.80 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2381.99 kcal; Białko ogółem: 94.08 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 80.70 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2167.43 kcal; Białko ogółem: 78.61 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 325.53 g; W tym cukry: 68.46 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sól: 8.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-19 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60g (MLE,) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60g (MLE,) Nektarynka 25 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60g (MLE,) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Dżem 40 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Dżem 40 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60g (MLE,) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 20g (MLE,) Dżem 40 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 100g (MLE,) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Dżem 40 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Nektarynka 1 szt 1 szt 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				
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL,) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 250 ml (MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,) Warzywa po grecku () 160 g (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB,) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (GLUPSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB,) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,)	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 150 g (RYB,) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL,) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB,) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

2024-07-19 piątek

	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
2024-07-19 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna () 70 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenney 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna () 70 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>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 20g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	PN	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenney 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>)		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2325.06 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 73.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 331.53 g; W tym cukry: 76.83 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 1540.06 kcal; Białko ogółem: 81.12 g; Tłuszcz: 43.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.19 g; Węglowodany ogółem: 213.65 g; W tym cukry: 53.12 g; Błonnik pok.: 15.15 g; Sól: 3.21 g;	Wartość energetyczna: 2227.06 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 60.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 329.84 g; W tym cukry: 80.05 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 4.76 g;	Wartość energetyczna: 2236.36 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 56.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 345.52 g; W tym cukry: 95.66 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 2155.56 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 47.41 g; Kw. tł. nasy.: 14.02 g; Węglowodany ogółem: 345.35 g; W tym cukry: 95.51 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 4.64 g;	Wartość energetyczna: 1829.59 kcal; Białko ogółem: 89.98 g; Tłuszcz: 48.65 g; Kw. tł. nasy.: 14.68 g; Węglowodany ogółem: 275.73 g; W tym cukry: 60.34 g; Błonnik pok.: 37.40 g; Sól: 5.49 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: 2122.18 kcal; Białko ogółem: 73.80 g; Tłuszcz: 59.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 334.46 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sól: 4.43 g;	Wartość energetyczna: 2434.94 kcal; Białko ogółem: 131.55 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 331.62 g; W tym cukry: 81.33 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2121.46 kcal; Białko ogółem: 85.52 g; Tłuszcz: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 323.64 g; W tym cukry: 94.73 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sól: 6.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

2024-07-20 sobota

Śniadanie		Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz., parz w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Rukola 20 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) 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 (<u>MLE.</u>)			Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)				
	Obiad		Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca indyka 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca indyka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca indyka 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca indyka 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny dieta* 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca indyka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 (<u>MLE.</u>)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-20 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło extra 82% 12,5 g <u>(MLE.)</u> Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g <u>(SOJ.)</u> Sałata zielona 35 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml <u>(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</u>	Bułka pszenna długa krojona 50 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło extra 82% 5 g <u>(MLE.)</u> Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g <u>(SOJ.)</u> Sałata zielona 15 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml <u>(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</u>	Bułka pszenna długa krojona 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło extra 82% 12,5 g <u>(MLE.)</u> Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g <u>(SOJ.)</u> Sałata zielona 35 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml <u>(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</u>	Bułka pszenna długa krojona 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g <u>(SOJ.)</u> Sałata zielona 35 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g <u>(SOJ.)</u> Sałata zielona 35 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml <u>(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</u>	Papka Ob () 500 ml <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</u>	Bułka pszenna długa krojona 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Masło extra 82% 20 g <u>(MLE.)</u> Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g <u>(SOJ.)</u> Sałata zielona 35 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> Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 75 g <u>(SOJ.)</u> Sałata zielona 35 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> Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g <u>(SOJ.)</u> Sałata zielona 35 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml <u>(MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</u>	
	PN	Banan 1szt. 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <u>(GLU PSZ, GLU ŻYT.)</u> Masło extra 82% 5 g <u>(MLE.)</u> Twarożek 20 g <u>(MLE.)</u>		Banan 1szt. 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2410.52 kcal; Białko ogółem: 77.86 g; Tłuszcz: 82.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 344.13 g; W tym cukry: 100.75 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 9.72 g;	Wartość energetyczna: 1862.68 kcal; Białko ogółem: 69.66 g; Tłuszcz: 53.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 283.20 g; W tym cukry: 84.00 g; Błonnik pok.: 22.73 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2375.75 kcal; Białko ogółem: 81.97 g; Tłuszcz: 73.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 354.92 g; W tym cukry: 104.59 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2375.34 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz: 73.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 354.83 g; W tym cukry: 104.53 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2294.54 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 64.79 g; Kw. tł. nasy.: 18.10 g; Węglowodany ogółem: 354.66 g; W tym cukry: 104.38 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2019.91 kcal; Białko ogółem: 77.24 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 284.03 g; W tym cukry: 46.76 g; Błonnik pok.: 37.45 g; Sól: 8.09 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: 2336.91 kcal; Białko ogółem: 52.59 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 393.37 g; W tym cukry: 97.14 g; Błonnik pok.: 31.46 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2509.82 kcal; Białko ogółem: 90.84 g; Tłuszcz: 83.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 356.33 g; W tym cukry: 104.85 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2141.75 kcal; Białko ogółem: 74.37 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 305.12 g; W tym cukry: 63.79 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 8.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-21 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z ziołami 10g 1 szt Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem 40 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 130 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</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>)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

2024-07-21 niedziela

	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
Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 80 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)		Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 140 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi ukraińskie * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD		Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw 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 ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
PN	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</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>)		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawa z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-07-21 niedziela		Wartość energetyczna: 2064.25 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; Węglowodany ogółem: 302.13 g; W tym cukry: 53.44 g; Błonnik pok.: 18.48 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 1615.14 kcal; Białko ogółem: 85.25 g; Tłuszcz: 47.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 215.38 g; W tym cukry: 39.05 g; Błonnik pok.: 12.11 g; Sól: 4.45 g;	Wartość energetyczna: 2164.15 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 58.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 306.82 g; W tym cukry: 57.21 g; Błonnik pok.: 13.70 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2163.18 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 58.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 306.60 g; W tym cukry: 57.05 g; Błonnik pok.: 13.65 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 2067.59 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 48.29 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 305.64 g; W tym cukry: 56.48 g; Błonnik pok.: 13.66 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 1814.68 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 50.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 257.81 g; W tym cukry: 44.42 g; Błonnik pok.: 33.67 g; Sól: 7.39 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: 2125.89 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 325.15 g; W tym cukry: 57.32 g; Błonnik pok.: 16.55 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2372.52 kcal; Białko ogółem: 132.41 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 309.45 g; W tym cukry: 58.95 g; Błonnik pok.: 13.70 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 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-08 poniedziałek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 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 (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) 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 mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Ogórek świeży 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 (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Szpinak baby z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Tofu w sosie pomidorowym dieta (bez glutenu) () 150 g (<u>SOJ, SEL</u>) Szpinak baby z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Szpinak baby z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Szpinak baby z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Szpinak baby z olejem 100 g	
PD							Arbuz 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-08 poniedziałek	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 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 smarowania 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		Arbuz 150 g				Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ,</u>)	Arbuz 150 g		Arbuz 150 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: 2183.33 kcal; Białko ogółem: 69.39 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 307.98 g; W tym cukry: 82.11 g; Błonnik pok.: 18.60 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 2041.70 kcal; Białko ogółem: 44.47 g; Tłuszcz: 81.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 285.88 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 13.80 g; Sól: 2.97 g;	Wartość energetyczna: 2033.75 kcal; Białko ogółem: 57.31 g; Tłuszcz: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 10.64 g; Węglowodany ogółem: 326.41 g; W tym cukry: 64.70 g; Błonnik pok.: 24.52 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: 2435.18 kcal; Białko ogółem: 74.67 g; Tłuszcz: 83.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 355.07 g; W tym cukry: 105.76 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2130.98 kcal; Białko ogółem: 70.59 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 307.43 g; W tym cukry: 82.98 g; Błonnik pok.: 21.95 g; Sól: 5.28 g;	Wartość energetyczna: 529.83 kcal; Białko ogółem: 16.36 g; Tłuszcz: 9.87 g; Kw. tł. nasy.: 4.65 g; Węglowodany ogółem: 98.04 g; W tym cukry: 44.46 g; Błonnik pok.: 8.23 g; Sól: 1.76 g;	Wartość energetyczna: 2126.97 kcal; Białko ogółem: 58.73 g; Tłuszcz: 57.59 g; Kw. tł. nasy.: 6.92 g; Węglowodany ogółem: 361.34 g; W tym cukry: 73.86 g; Błonnik pok.: 37.09 g; Sól: 6.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-09 wtorek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bg na mleku/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN							Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu i mleka) 350 ml (<u>SEL.</u>) 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 glutenu i mleka) 350 ml (<u>SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 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 ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 100 g Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu i mleka) 350 ml (<u>SEL.</u>) Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD							Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-09 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>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałatka wiosenna () 70 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>) Sałatka wiosenna () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>) Sałatka wiosenna () 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>) Sałatka wiosenna - diety 50 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>) Sałatka wiosenna () 70 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Sałatka wiosenna () 70 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	PN		Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt				Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt			Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 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: 2242.69 kcal; Białko ogółem: 82.98 g; Tłuszcz: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 361.82 g; W tym cukry: 82.45 g; Błonnik pok.: 20.74 g; Sól: 4.00 g;	Wartość energetyczna: 2096.96 kcal; Białko ogółem: 77.93 g; Tłuszcz: 54.66 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 329.04 g; W tym cukry: 67.96 g; Błonnik pok.: 16.48 g; Sól: 3.41 g;	Wartość energetyczna: 2055.96 kcal; Białko ogółem: 80.55 g; Tłuszcz: 39.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; Węglowodany ogółem: 356.39 g; W tym cukry: 57.16 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2485.15 kcal; Białko ogółem: 108.27 g; Tłuszcz: 59.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 387.95 g; W tym cukry: 81.80 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 2385.67 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 36.06 g; Węglowodany ogółem: 361.96 g; W tym cukry: 71.48 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 647.69 kcal; Białko ogółem: 20.67 g; Tłuszcz: 9.98 g; Kw. tł. nasy.: 4.63 g; Węglowodany ogółem: 122.77 g; W tym cukry: 43.59 g; Błonnik pok.: 8.04 g; Sól: 1.30 g;	Wartość energetyczna: 2075.98 kcal; Białko ogółem: 65.00 g; Tłuszcz: 43.59 g; Kw. tł. nasy.: 6.29 g; Węglowodany ogółem: 362.13 g; W tym cukry: 60.65 g; Błonnik pok.: 34.14 g; Sól: 7.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-10 środa	Śniadanie	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) 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 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) 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 cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 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	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml (<u>MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g 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 (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pierogi z truskawkami * 300 g (<u>GLUPSZ.</u>) Jogurt naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Pierogi z truskawkami * 300 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD							Banan 1szt. 1 szt			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-10 środa	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN		Brzoskwinia 1 szt 1 szt				Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Brzoskwinia 1 szt 1 szt		Brzoskwinia 1 szt 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: 2036.13 kcal; Białko ogółem: 86.83 g; Tłuszcz: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 299.67 g; W tym cukry: 70.67 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 1994.93 kcal; Białko ogółem: 67.76 g; Tłuszcz: 71.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.60 g; Węglowodany ogółem: 277.81 g; W tym cukry: 62.38 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 4.45 g;	Wartość energetyczna: 1881.65 kcal; Białko ogółem: 68.87 g; Tłuszcz: 45.06 g; Kw. tł. nasy.: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 313.75 g; W tym cukry: 51.69 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 8.10 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: 2386.31 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 64.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 373.26 g; W tym cukry: 121.52 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2194.45 kcal; Białko ogółem: 71.01 g; Tłuszcz: 60.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 342.84 g; W tym cukry: 85.33 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 4.79 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: 2106.11 kcal; Białko ogółem: 55.44 g; Tłuszcz: 44.32 g; Kw. tł. nasy.: 5.76 g; Węglowodany ogółem: 379.19 g; W tym cukry: 68.15 g; Błonnik pok.: 34.60 g; Sól: 5.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-11 czwartek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) 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 (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)			
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-11 czwartek	PD						Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) 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 Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) 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 Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) 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>) Ser topiony 60 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)
	PN		Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	Pieczynko chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)			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: 2301.05 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 74.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 332.75 g; W tym cukry: 68.53 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 4.41 g;	Wartość energetyczna: 2275.18 kcal; Białko ogółem: 67.55 g; Tłuszcz: 77.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 332.59 g; W tym cukry: 61.40 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Sól: 3.97 g;	Wartość energetyczna: 2063.67 kcal; Białko ogółem: 69.61 g; Tłuszcz: 50.04 g; Kw. tł. nasy.: 8.65 g; Węglowodany ogółem: 348.46 g; W tym cukry: 51.02 g; Błonnik pok.: 32.92 g; Sól: 8.88 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: 2519.39 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 80.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 365.92 g; W tym cukry: 72.97 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2257.50 kcal; Białko ogółem: 68.20 g; Tłuszcz: 79.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 331.18 g; W tym cukry: 65.86 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 639.27 kcal; Białko ogółem: 19.44 g; Tłuszcz: 10.92 g; Kw. tł. nasy.: 4.76 g; Węglowodany ogółem: 120.18 g; W tym cukry: 43.39 g; Błonnik pok.: 8.85 g; Sól: 1.29 g;	Wartość energetyczna: 2119.25 kcal; Białko ogółem: 47.66 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 7.64 g; Węglowodany ogółem: 353.67 g; W tym cukry: 51.37 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sól: 7.58 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-12 piątek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE,</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Arbuz 150 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 manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Dżem 40 g Arbuz 150 g 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 (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (<u>SEL,</u>) Arbuz 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN							Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml (<u>MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Kotlet z fasoli i marchwi () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kotlety z soczewicy () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD							Arbuz 150 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-12 piątek	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 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 smarowania 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 (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>)	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: 2280.81 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; Tłuszcz: 66.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 335.50 g; W tym cukry: 86.87 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 4.76 g;	Wartość energetyczna: 2246.40 kcal; Białko ogółem: 83.87 g; Tłuszcz: 73.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 319.22 g; W tym cukry: 85.78 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 3.47 g;	Wartość energetyczna: 2144.68 kcal; Białko ogółem: 78.15 g; Tłuszcz: 47.95 g; Kw. tł. nasy.: 7.84 g; Węglowodany ogółem: 364.16 g; W tym cukry: 84.74 g; Błonnik pok.: 31.91 g; Sól: 6.66 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: 2528.96 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.23 g; Węglowodany ogółem: 360.23 g; W tym cukry: 114.48 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 2209.31 kcal; Białko ogółem: 58.56 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; Węglowodany ogółem: 356.65 g; W tym cukry: 99.58 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 546.48 kcal; Białko ogółem: 16.74 g; Tłuszcz: 8.38 g; Kw. tł. nasy.: 3.74 g; Węglowodany ogółem: 104.15 g; W tym cukry: 39.86 g; Błonnik pok.: 6.21 g; Sól: 1.23 g;	Wartość energetyczna: 2453.95 kcal; Białko ogółem: 67.81 g; Tłuszcz: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 6.71 g; Węglowodany ogółem: 429.57 g; W tym cukry: 87.53 g; Błonnik pok.: 49.41 g; Sól: 6.54 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-13 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 smarowania 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-kiełbasa 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 smarowania 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 młode 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 młode 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 młode 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 młode 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 młode gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 130 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g
	PD						Chrupki kukurydziane 20 g			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-13 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 świeży 70 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 świeży 70 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 70 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 świeży 70 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Ogórek świeży 70 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	PN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt				Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
		Wartość energetyczna: 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: 2065.84 kcal; Białko ogółem: 70.24 g; Tłuszcz: 53.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 338.74 g; W tym cukry: 75.61 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 1943.74 kcal; Białko ogółem: 61.66 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 295.18 g; W tym cukry: 68.33 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 1829.05 kcal; Białko ogółem: 68.33 g; Tłuszcz: 38.35 g; Kw. tł. nasy.: 8.72 g; Węglowodany ogółem: 317.64 g; W tym cukry: 57.60 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 11.31 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: 2293.15 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 344.26 g; W tym cukry: 94.74 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2163.14 kcal; Białko ogółem: 52.80 g; Tłuszcz: 63.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 357.32 g; W tym cukry: 79.51 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 9.43 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: 1936.88 kcal; Białko ogółem: 51.48 g; Tłuszcz: 39.00 g; Kw. tł. nasy.: 5.80 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; W tym cukry: 67.35 g; Błonnik pok.: 41.50 g; Sól: 9.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-14 niedziela	Śniadanie	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konszerwowa 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	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (<u>SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLUPSZ. JAJ.</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLUPSZ. MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 250 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode 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 (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) 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 (<u>MLE.</u>)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-14 niedziela	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>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	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 60 g Sałata zielona 10 g	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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (<u>SEZ,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN		Ciasto drożdżowe 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Ciasto drożdżowe 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)			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: 2262.03 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 57.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 350.80 g; W tym cukry: 72.65 g; Błonnik pok.: 22.14 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2212.48 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 76.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 300.82 g; W tym cukry: 63.54 g; Błonnik pok.: 18.11 g; Sól: 4.25 g;	Wartość energetyczna: 2125.26 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 55.32 g; Kw. tł. nasy.: 14.37 g; Węglowodany ogółem: 323.92 g; W tym cukry: 53.97 g; Błonnik pok.: 26.64 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: 2715.04 kcal; Białko ogółem: 120.06 g; Tłuszcz: 86.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 372.78 g; W tym cukry: 99.30 g; Błonnik pok.: 22.32 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;	Wartość energetyczna: 2062.00 kcal; Białko ogółem: 52.87 g; Tłuszcz: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 6.44 g; Węglowodany ogółem: 358.27 g; W tym cukry: 55.43 g; Błonnik pok.: 33.17 g; Sól: 6.44 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-15 poniedziałek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) 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 (<u>MLE.</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>) 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 (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) 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 (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 60 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ.</u>)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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	
2024-07-15 poniedziałek	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 350 g Polewka truskawkowa 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 350 g Polewka truskawkowa 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 350 g Polewka truskawkowa 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml			
	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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	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 twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Grycikowa () 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 smarowania 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 (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	PN		Arbuz 150 g				Arbuz 150 g			Arbuz 150 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-15 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: 2180.75 kcal; Białko ogółem: 69.32 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 371.73 g; W tym cukry: 105.89 g; Błonnik pok.: 21.82 g; Sól: 4.53 g;	Wartość energetyczna: 2065.15 kcal; Białko ogółem: 52.50 g; Tłuszcz: 47.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 364.63 g; W tym cukry: 104.91 g; Błonnik pok.: 17.71 g; Sól: 2.66 g;	Wartość energetyczna: 2093.58 kcal; Białko ogółem: 74.46 g; Tłuszcz: 45.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.13 g; Węglowodany ogółem: 355.51 g; W tym cukry: 60.13 g; Błonnik pok.: 22.87 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: 2384.56 kcal; Białko ogółem: 74.47 g; Tłuszcz: 55.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 406.36 g; W tym cukry: 118.06 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2264.75 kcal; Białko ogółem: 64.01 g; Tłuszcz: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 367.61 g; W tym cukry: 104.09 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 584.29 kcal; Białko ogółem: 17.68 g; Tłuszcz: 9.55 g; Kw. tł. nasy.: 3.94 g; Węglowodany ogółem: 111.28 g; W tym cukry: 41.35 g; Błonnik pok.: 8.81 g; Sól: 1.24 g;	Wartość energetyczna: 2301.14 kcal; Białko ogółem: 61.64 g; Tłuszcz: 47.60 g; Kw. tł. nasy.: 6.34 g; Węglowodany ogółem: 420.72 g; W tym cukry: 81.06 g; Błonnik pok.: 40.21 g; Sól: 6.41 g;
2024-07-16 wtorek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)								

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-16 wtorek	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy-dieta 100 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 130 g Sos ziołowy* (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* (bez mleka) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Pierogi ukraińskie * 200 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (GLU PSZ, GLU JĘCZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (SOJ.)			
	Kolacja	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogenizowana w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, MLE.) Ogórek świeży 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogenizowana w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, MLE.) Ogórek świeży 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogenizowana w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, MLE.) Ogórek świeży 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogenizowana w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogenizowana w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, MLE.) Pomidor 60 g Rukola 10 g	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 60 g Ogórek świeży 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-16 wtorek	PN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt				Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
		Wartość energetyczna: 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: 2182.51 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 317.17 g; W tym cukry: 63.44 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2220.76 kcal; Białko ogółem: 65.56 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 325.07 g; W tym cukry: 64.05 g; Błonnik pok.: 17.14 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2075.08 kcal; Białko ogółem: 74.16 g; Tłuszcz: 53.80 g; Kw. tł. nasy.: 13.43 g; Węglowodany ogółem: 336.08 g; W tym cukry: 46.69 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 10.26 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: 2464.98 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kw. tł. nasy.: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 69.93 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 9.34 g;	Wartość energetyczna: 2134.21 kcal; Białko ogółem: 76.22 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 316.45 g; W tym cukry: 65.70 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 636.63 kcal; Białko ogółem: 20.01 g; Tłuszcz: 9.73 g; Kw. tł. nasy.: 4.57 g; Węglowodany ogółem: 121.02 g; W tym cukry: 45.76 g; Błonnik pok.: 7.62 g; Sól: 1.29 g;	Wartość energetyczna: 2084.17 kcal; Białko ogółem: 50.93 g; Tłuszcz: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 8.14 g; Węglowodany ogółem: 327.83 g; W tym cukry: 59.07 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 9.00 g;
2024-07-17 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 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 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 smarowania 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 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 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 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-17 środa	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 100 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Dynia z wody z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata zielona z kefirem 30 g (<u>MLE.</u>) Dynia duszona z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata zielona z kefirem 30 g (<u>MLE.</u>) Dynia duszona z olejem* 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			
	Kolacja	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Butka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 70 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>) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 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	Butka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 70 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>) Sałatka z pomidorów i koperku 70 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Sałatka z pomidorów i koperku 70 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-17 środa	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE ,)	Wafle ryżowe 30 g		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE ,)				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: 2143.57 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 59.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 312.76 g; W tym cukry: 82.40 g; Błonnik pok.: 20.44 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 2044.24 kcal; Białko ogółem: 73.90 g; Tłuszcz: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 289.77 g; W tym cukry: 76.60 g; Błonnik pok.: 17.43 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 1968.79 kcal; Białko ogółem: 74.63 g; Tłuszcz: 35.69 g; Kw. tł. nasy.: 7.08 g; Węglowodany ogółem: 344.99 g; W tym cukry: 59.04 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 8.87 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: 2322.21 kcal; Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 351.18 g; W tym cukry: 108.14 g; Błonnik pok.: 20.68 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2445.60 kcal; Białko ogółem: 70.42 g; Tłuszcz: 82.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 359.96 g; W tym cukry: 80.69 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 6.04 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: 2291.79 kcal; Białko ogółem: 56.17 g; Tłuszcz: 51.96 g; Kw. tł. nasy.: 6.82 g; Węglowodany ogółem: 411.14 g; W tym cukry: 60.60 g; Błonnik pok.: 36.35 g; Sól: 5.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-18 czwartek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</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	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g 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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 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 (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLUPSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 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 (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>)			
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) 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 (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Makaron z warzywami* b/mleka 300 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-18 czwartek	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 Konszerwowa 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 Konszerwowa 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konszerwowa 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 Konszerwowa 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 smarowania 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		
		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: 2294.47 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 56.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 381.23 g; W tym cukry: 80.97 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 2117.52 kcal; Białko ogółem: 53.50 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 350.31 g; W tym cukry: 73.97 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 3.29 g;	Wartość energetyczna: 2055.75 kcal; Białko ogółem: 63.87 g; Tłuszcz: 36.60 g; Kw. tł. nasy.: 7.07 g; Węglowodany ogółem: 382.32 g; W tym cukry: 63.46 g; Błonnik pok.: 31.92 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: 2478.61 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 72.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 374.55 g; W tym cukry: 81.48 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2144.65 kcal; Białko ogółem: 73.25 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 352.09 g; W tym cukry: 81.69 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 650.18 kcal; Białko ogółem: 19.41 g; Tłuszcz: 9.32 g; Kw. tł. nasy.: 4.48 g; Węglowodany ogółem: 125.96 g; W tym cukry: 47.89 g; Błonnik pok.: 8.59 g; Sól: 1.58 g;	Wartość energetyczna: 1898.49 kcal; Białko ogółem: 52.17 g; Tłuszcz: 35.19 g; Kw. tł. nasy.: 5.00 g; Węglowodany ogółem: 356.42 g; W tym cukry: 64.95 g; Błonnik pok.: 39.96 g; Sól: 6.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-19 piątek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml (<u>MLE,</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Nektarynka 1 szt 1 szt 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Dżem 40 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Nektarynka 1 szt 1 szt 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 (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL,</u>) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) 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 (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ,</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL,</u>) Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-19 piątek	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna () 70 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna () 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna () 70 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>) Sałatka wiosenna () 70 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	PN		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>)		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)			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: 2186.52 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 55.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 330.21 g; W tym cukry: 80.20 g; Błonnik pok.: 22.60 g; Sól: 4.76 g;	Wartość energetyczna: 2033.64 kcal; Białko ogółem: 78.22 g; Tłuszcz: 58.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 306.57 g; W tym cukry: 73.96 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sól: 2.85 g;	Wartość energetyczna: 1962.11 kcal; Białko ogółem: 76.43 g; Tłuszcz: 33.48 g; Kw. tł. nasy.: 7.32 g; Węglowodany ogółem: 351.75 g; W tym cukry: 76.00 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 6.51 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: 2405.16 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 63.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 363.66 g; W tym cukry: 106.97 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2102.19 kcal; Białko ogółem: 72.49 g; Tłuszcz: 51.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 344.12 g; W tym cukry: 88.65 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 614.72 kcal; Białko ogółem: 18.69 g; Tłuszcz: 9.85 g; Kw. tł. nasy.: 4.63 g; Węglowodany ogółem: 115.91 g; W tym cukry: 41.98 g; Błonnik pok.: 6.00 g; Sól: 1.27 g;	Wartość energetyczna: 2100.89 kcal; Białko ogółem: 63.57 g; Tłuszcz: 49.52 g; Kw. tł. nasy.: 6.44 g; Węglowodany ogółem: 359.10 g; W tym cukry: 76.37 g; Błonnik pok.: 38.52 g; Sól: 7.00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-20 sobota	Śniadanie	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ.</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 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</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 50 g Rukola 20 g	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 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 (<u>MLE.</u>)			
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny dieta* 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) 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 (<u>SEL.</u>) Gulasz z udźca indyka 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza kuskus/sypko 250 g (<u>GLUPSZ.</u>) 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 (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca indyka 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) 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 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-20 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 35 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 35 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 35 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 35 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Pomidor 50 g Sałata zielona 35 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: 2385.19 kcal; Białko ogółem: 61.49 g; Tłuszcz: 62.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 405.09 g; W tym cukry: 109.79 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2421.24 kcal; Białko ogółem: 75.47 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 368.27 g; W tym cukry: 104.12 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2225.13 kcal; Białko ogółem: 70.59 g; Tłuszcz: 54.26 g; Kw. tł. nasy.: 12.37 g; Węglowodany ogółem: 373.76 g; W tym cukry: 88.98 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sól: 9.17 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: 2577.65 kcal; Białko ogółem: 89.05 g; Tłuszcz: 74.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 397.67 g; W tym cukry: 123.64 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2395.23 kcal; Białko ogółem: 64.74 g; Tłuszcz: 62.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 404.65 g; W tym cukry: 108.92 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 588.40 kcal; Białko ogółem: 17.00 g; Tłuszcz: 8.51 g; Kw. tł. nasy.: 3.83 g; Węglowodany ogółem: 117.10 g; W tym cukry: 43.77 g; Błonnik pok.: 12.32 g; Sól: 1.46 g;	Wartość energetyczna: 2204.72 kcal; Białko ogółem: 57.06 g; Tłuszcz: 46.55 g; Kw. tł. nasy.: 6.71 g; Węglowodany ogółem: 404.14 g; W tym cukry: 97.81 g; Błonnik pok.: 42.34 g; Sól: 7.38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-21 niedziela	Śniadanie	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>)			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA LUBACZÓW

2024-07-21 niedziela

	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 (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pierogi ukraińskie * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Ziemniaki młode gotowane () 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z warzywami 300 g (<u>SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż z warzywami 300 g (<u>SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						Jabłko 1 szt 1 szt			
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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 50 g 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) 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 (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (<u>SEL,</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
PN		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Wafle ryżowe 30 g			Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)			Wafle ryżowe 30 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 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
2024-07-21 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: 2013.78 kcal; Białko ogółem: 84.04 g; Tłuszcz: 59.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 283.87 g; W tym cukry: 49.74 g; Błonnik pok.: 11.74 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 1919.97 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 36.03 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; Węglowodany ogółem: 317.82 g; W tym cukry: 39.12 g; Błonnik pok.: 21.21 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: 2402.60 kcal; Białko ogółem: 112.19 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.86 g; Węglowodany ogółem: 342.57 g; W tym cukry: 72.27 g; Błonnik pok.: 17.24 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2163.08 kcal; Białko ogółem: 75.87 g; Tłuszcz: 63.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 330.79 g; W tym cukry: 58.04 g; Błonnik pok.: 19.88 g; Sól: 6.77 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: 2036.76 kcal; Białko ogółem: 51.74 g; Tłuszcz: 47.97 g; Kw. tł. nasy.: 7.32 g; Węglowodany ogółem: 353.11 g; W tym cukry: 43.78 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 7.00 g;

Oznaczenia alergenów:

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