

		PIŃ- CZE.GÓR.Podstawowa	PIŃ- CZE.GÓR. Łatwo strawna	PIŃ- CZE.GÓR. Cukrzycowa	PIŃ- CZE.GÓR. Wrzodowa/Wątrobowa/Trzustkowa	PIŃ- CZE.GÓR. Bogatobiałkowa
2023-10-23 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Pasztet drobiowy (50g) 1 szt ( <u>GLU PSZ SOJ, MLE</u> .) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ</u> .) Ogórek kiszony 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> .) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ</u> .) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ</u> .) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ</u> .) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> .)
	II ŚN			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> .) Miód 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ</u> .)
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 70 g ( <u>MLE</u> .) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Mandarynki 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 70 g ( <u>MLE</u> .) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Mandarynki 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> .) Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi b/c () 200 g ( <u>MLE</u> .) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Mandarynki 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 70 g ( <u>MLE</u> .) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 70 g ( <u>MLE</u> .) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Mandarynki 1 szt
	PD			Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <u>MLE</u> .)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <u>MLE</u> .)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <u>SEL</u> .) Rzodkiew biała 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <u>SEL</u> .) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <u>SEL</u> .) Rzodkiew biała 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <u>SEL</u> .) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mix салат 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <u>SEL</u> .) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> .) Mix салат 20 g
	PN	Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .)				
		E: 2253.20 kcal; B: 75.95 g; T: 68.03 g; W: 343.34 g;	E: 2120.37 kcal; B: 73.98 g; T: 61.10 g; W: 333.33 g;	E: 2410.19 kcal; B: 104.82 g; T: 79.29 g; W: 338.30 g;	E: 2624.22 kcal; B: 84.99 g; T: 66.31 g; W: 436.84 g;	E: 2674.88 kcal; B: 98.91 g; T: 72.00 g; W: 422.69 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-10-23 do dnia 2023-10-29 KUCHNIA PIŃCZÓW

		PIŃ- CZE.GÓR.Podstawowa	PIŃ- CZE.GÓR. Łatwo strawna	PIŃ- CZE.GÓR. Cukrzycowa	PIŃ- CZE.GÓR. Wrzodowa/Wątrobowa/Trzustkowa	PIŃ- CZE.GÓR. Bogatobiałkowa
2023-10-24 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt
	II ŚN			Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )
	Obiad	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD			Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		
	Kolacja	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pasta warzywna () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Pasta warzywna () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pasta warzywna () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
		E: 2220.70 kcal; B: 82.46 g; T: 69.49 g; W: 329.83 g;	E: 2289.61 kcal; B: 80.99 g; T: 69.46 g; W: 350.37 g;	E: 2420.15 kcal; B: 109.92 g; T: 91.98 g; W: 307.20 g;	E: 2537.91 kcal; B: 91.49 g; T: 67.77 g; W: 405.72 g;	E: 2771.31 kcal; B: 114.02 g; T: 93.57 g; W: 385.05 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-10-23 do dnia 2023-10-29 KUCHNIA PIŃCZÓW

		PIŃ- CZE.GÓR.Podstawowa	PIŃ- CZE.GÓR. Łatwo strawna	PIŃ- CZE.GÓR. Cukrzycowa	PIŃ- CZE.GÓR. Wrzodowa/Wątrobowa/Trzustkowa	PIŃ- CZE.GÓR. Bogatobiałkowa
2023-10-25 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE.</u> ) Mandarynki 1 szt Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> ) Mandarynki 1 szt Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix салат 20 g	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Mandarynki 1 szt Mix салат 20 g
	II ŚN			Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kasza bulgur 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos jarzynowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kasza bulgur 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos jarzynowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kasza bulgur 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos jarzynowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza bulgur 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Mandarynki 1 szt	Biszkopty b/m 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Kolacja	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz szczeciński 70 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 70 g ( <u>RYB.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 70 g ( <u>RYB.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 70 g ( <u>RYB.</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 70 g ( <u>RYB.</u> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> )
		E: 2606.71 kcal; B: 92.77 g; T: 92.91 g; W: 355.91 g;	E: 2391.75 kcal; B: 92.66 g; T: 68.43 g; W: 355.86 g;	E: 2441.56 kcal; B: 109.44 g; T: 67.43 g; W: 361.89 g;	E: 2764.92 kcal; B: 98.86 g; T: 69.34 g; W: 446.82 g;	E: 2957.58 kcal; B: 124.87 g; T: 81.04 g; W: 437.25 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-10-23 do dnia 2023-10-29 KUCHNIA PIŃCZÓW

		PIŃ- CZE.GÓR.Podstawowa	PIŃ- CZE.GÓR. Łatwo strawna	PIŃ- CZE.GÓR. Cukrzycowa	PIŃ- CZE.GÓR. Wrzodowa/Wątrobowa/Trzustkowa	PIŃ- CZE.GÓR. Bogatobiałkowa
2023-10-26 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Paszтет z fasoli () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, _</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Paszтет z fasoli () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, _</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u> )	
	II ŚN			Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkim wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, _</u> ) Sałata zielona 20 g	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkim wody 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, _</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkim wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, _</u> )
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <u>SEL, _</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <u>SEL, _</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD	Kefir 2% tł 250g 1 szt ( <u>MLE, _</u> )				
	Kolacja	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Serek Fromage 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Twarożek z koperkiem 70 g ( <u>MLE, _</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Twarożek z koperkiem 70 g ( <u>MLE, _</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Twarożek z koperkiem 70 g ( <u>MLE, _</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Twarożek z koperkiem 70 g ( <u>MLE, _</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u> )
PN		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkim surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g ( <u>SOJ, _</u> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		E: 2391.01 kcal; B: 80.50 g; T: 83.00 g; W: 338.45 g;	E: 2037.65 kcal; B: 84.88 g; T: 57.36 g; W: 299.79 g;	E: 2422.94 kcal; B: 113.29 g; T: 76.40 g; W: 335.00 g;	E: 2378.38 kcal; B: 104.38 g; T: 64.43 g; W: 349.08 g;	E: 2565.33 kcal; B: 118.18 g; T: 68.92 g; W: 373.28 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-10-23 do dnia 2023-10-29 KUCHNIA PIŃCZÓW

		PIŃ- CZE.GÓR.Podstawowa	PIŃ- CZE.GÓR. Łatwo strawna	PIŃ- CZE.GÓR. Cukrzycowa	PIŃ- CZE.GÓR. Wrzodowa/Wątrobowa/Trzustkowa	PIŃ- CZE.GÓR. Bogatobiałkowa
2023-10-27 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Bohuna wieprz. z dodatkiem wody i białka wieprzowego wędzonka wieprzowa szynka z okrywą tłuszczowa, parzona, wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> ) Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> )
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba smażona (Miruna) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 90 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 90 g ( <u>RYB,</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 90 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 90 g ( <u>RYB,</u> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )
	Kolacja	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )
	PN	Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )				
		E: 2599.61 kcal; B: 110.69 g; T: 91.02 g; W: 347.59 g;	E: 2322.51 kcal; B: 107.67 g; T: 70.26 g; W: 327.68 g;	E: 2471.26 kcal; B: 125.86 g; T: 85.76 g; W: 317.21 g;	E: 2913.84 kcal; B: 124.06 g; T: 77.96 g; W: 443.17 g;	E: 2788.09 kcal; B: 140.02 g; T: 82.14 g; W: 384.61 g;

		PIŃ- CZE.GÓR.Podstawowa	PIŃ- CZE.GÓR. Łatwo strawna	PIŃ- CZE.GÓR. Cukrzycowa	PIŃ- CZE.GÓR. Wrzodowa/Wątrobowa/Trzustkowa	PIŃ- CZE.GÓR. Bogatobiałkowa
2023-10-28 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ,</u> ) dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Mix sałat 20 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Mix sałat 20 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por
	II ŚN			Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata zielona 10 g	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g ( <u>SEL,</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Buraczki gotowane () 100 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Potrawka drobiowa () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryż na sypko 200 g Buraczki oprószone () 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Potrawka drobiowa () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kalafor gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD			Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Maślanka truskawkowa 250ml 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )				
		E: 2269.31 kcal; B: 81.56 g; T: 54.18 g; W: 374.96 g;	E: 2275.71 kcal; B: 85.11 g; T: 53.25 g; W: 376.67 g;	E: 2263.10 kcal; B: 102.55 g; T: 60.84 g; W: 342.32 g;	E: 2590.58 kcal; B: 95.42 g; T: 57.12 g; W: 435.42 g;	E: 2681.51 kcal; B: 106.69 g; T: 63.87 g; W: 432.50 g;



<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-10-23 do dnia 2023-10-29 KUCHNIA PIŃCZÓW

		PIŃ- CZE.GÓR.Podstawowa	PIŃ- CZE.GÓR. Łatwo strawna	PIŃ- CZE.GÓR. Cukrzycowa	PIŃ- CZE.GÓR. Wrzodowa/Wątrobowa/Trzustkowa	PIŃ- CZE.GÓR. Bogatobiałkowa
2023-10-29 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 90 g Sos koperkowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 90 g Sos koperkowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 90 g Sos koperkowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 90 g Sos koperkowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	
	Kolacja	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 70 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Sliwka szt 2 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 70 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Banan 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 70 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 70 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Banan 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 70 g ( <u>MLE.</u> ) Banan 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )
		E: 2330.39 kcal; B: 104.06 g; T: 59.26 g; W: 357.37 g;	E: 2361.88 kcal; B: 102.96 g; T: 58.01 g; W: 367.47 g;	E: 2423.19 kcal; B: 128.47 g; T: 75.62 g; W: 322.89 g;	E: 2643.75 kcal; B: 114.39 g; T: 63.55 g; W: 412.57 g;	E: 2962.03 kcal; B: 130.13 g; T: 80.35 g; W: 440.79 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

### **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.:**

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