

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.s ok.żół	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska	BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa
Śniadanie	Makaron na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z blachy- drobiowo wieprzowy 70 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb tostowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
II ŚN			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Dynia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dynia duszona z olejem* 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Makaron bezglutenowy 180 g Surówka z selera i jabłka () 120 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka b/c () 120 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g ( <b>GOR.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
PD			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml					Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE.</b> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb tostowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет wegetariański () 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Pomidor 30 g
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 30 g ( <b>MLE.</b> )	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.s ok.zól	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska	BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek świeży 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z soczewicy* 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II SN			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml					Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Beskidzka-wiewprzowa parzona 20 g ( <b>SOJ, MLE.</b> )
Obiad	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew oprószana z olejem () 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew oprószana z olejem () 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Marchew oprószana z olejem () 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką* () (bez mleka) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 70 ml ( <b>MLE.</b> ) Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 70 ml ( <b>MLE.</b> ) Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi z serem* 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 120 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 120 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew oprószana z olejem () 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD			Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			Jogurt naturalny 2% tł. 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Maślanka truskawkowa 150 ml ( <b>MLE.</b> )	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Pomidor 30 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Szynka wiewprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wiewprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wiewprzowa szynka wędzona parzona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	
PN	Banan 1szt. 1 szt Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Sopocka wiewprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 30 g	Banan 1szt. 1 szt Podpiłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.s ok.zól	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska	BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa
2024-05-22 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 70 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 70 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 70 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN		Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g				Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kotlet z jaj 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 120 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 120 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD		Maślanka 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				Maślanka 200 ml ( <b>MLE.</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Rolada z łopatką drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Rolada z łopatką drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )
		PN	Pieczycwo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczycwo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczycwo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.s ok.żół	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska	BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa			
2024-05-23 czwartek	Sniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z fasoli* 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 50 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 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Konserwowa w pieprzowej, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z fasoli* 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z fasoli* 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
		II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml							Sok pomidorowy 200 ml	Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE.</u> )	
		Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński z mięsa wp () 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny () z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny () z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Makaron bezglutenowy 180 g Sos mięsno warzywny () z mięsa wieprzowego) (bez glutenu) 150 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Gulasz sojowy z warzywami * 230 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny () z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny () z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny () z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
			PD		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Galaretka o smaku truskawkowym 200 g				Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml ( <u>MLE.</u> )	
		Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 55 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	
PN	Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 150 g Wafle ryżowe 30 g	Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt			

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.s ok.żół	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska	BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa
Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Ogórek świeży 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE,</b> ) Ryba faszzerowana (Dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Ryba faszzerowana (Dorsz) 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Ogórek świeży 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g
Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet z ryby (dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</b> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</b> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ, RYB,</b> ) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 120 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</b> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 120 g Warzywa po grecku* 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</b> ) Warzywa po grecku* 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE,</b> )	Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE,</b> )
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE,</b> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )			Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 40 g Serek a'la homogenizowany 40 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE,</b> ) Serek a'la homogenizowany 40 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE,</b> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE,</b> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.s ok.żół	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska	BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa		
2024-05-24 piątek	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Podpiomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Ogórek świeży 30 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
2024-05-25 sobota	Śniadanie		II SN		Obiad		PD		Kolejka		
	<p>Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (Kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 50 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzwojiny, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z ciecierzycy ( ) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml</p>	<p>Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)</p>
	<p>Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane ( ) 180 g Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) ( ) 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kolejety z brokula* 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 120 g Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa z warzywami* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane ( ) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE.</u>)</p>
	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 30 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 30 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzwojiny, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 30 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 30 g</p>	<p>Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo-wieprzowa-dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 30 g</p>		
	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )			Mandarynka 1 szt			Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pomidor 30 g	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA BIAŁYSTOK

	BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.s ok.żół	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska	BIAŁ- PCK Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Rzodkiew biała 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor b/sokórki 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, parzona 50 g Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 70 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Beskidzka-wieprzowa parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> )	
Obiad	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet schabowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Mizeria 120 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)()* 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)()* 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)()* 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny (bez glutenu) 70 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny (bez glutenu) 70 ml Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi z truskawkami * 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g Mizeria 120 g ( <b>MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				Jogurt naturalny 2% tł. 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE.</b> )	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany z ziołami 70 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany z ziołami 70 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany z ziołami 70 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	
PN	Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Wafle tortowe 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 30 g	Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	

### **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,