Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-14 poniedziałek	Śniadanie	Makaron na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 70 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Filet z indyka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet z indyka gotowany 50 g Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Dip jogurtowy naturalny + 100 g (***MLE,***) Prażone jabłka + 100 g Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Dip jogurtowy naturalny + 100 g (***MLE,***) Prażone jabłka + 100 g Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab pieczony cały + 100 g Sos pomidorowy + 50 g Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab pieczony cały + 100 g Sos pomidorowy + 100 g Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Dip jogurtowy naturalny + 100 g (***MLE,***) Prażone jabłka + 100 g Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Krokiety ziemniaczane z mozzarellą + 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Dip jogurtowo-ziołowy + 100 g (***MLE,***) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Gruszka 1szt. 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Dżem 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2456.29 kcal; Białko ogółem: 74.26 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 396.69 g; W tym cukry: 124.23 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 12.52 g;	Wartość energetyczna: 2290.73 kcal; Białko ogółem: 77.83 g; Tłuszcz: 49.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; Węglowodany ogółem: 396.21 g; W tym cukry: 128.80 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 11.08 g;	Wartość energetyczna: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 99.67 g; Tłuszcz: 50.40 g; Kw. tł. nasy.: 17.09 g; Węglowodany ogółem: 367.20 g; W tym cukry: 111.85 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sól: 10.07 g;	Wartość energetyczna: 2025.80 kcal; Białko ogółem: 75.47 g; Tłuszcz: 42.53 g; Kw. tł. nasy.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 348.14 g; W tym cukry: 112.18 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2153.25 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 43.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.45 g; Węglowodany ogółem: 360.05 g; W tym cukry: 90.34 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 12.41 g;	Wartość energetyczna: 1708.30 kcal; Białko ogółem: 46.65 g; Tłuszcz: 42.95 g; Kw. tł. nasy.: 12.67 g; Węglowodany ogółem: 288.67 g; W tym cukry: 90.89 g; Błonnik pok.: 14.85 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2767.56 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 416.64 g; W tym cukry: 92.17 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 13.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-15 wtorek	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 350 ml (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Surówka z białej kapusty z koperkiem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g (***SEL,***) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g (***SEL,***) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Burger z soczewicy pieczony + 100 g (***GLU PSZ, MLE,***) Salsa pomidorowa + 100 g Surówka z białej kapusty z koperkiem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)	Chrupki kukurydziane 20 g			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 70 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)				Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)		Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2413.29 kcal; Białko ogółem: 84.11 g; Tłuszcz: 79.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 350.60 g; W tym cukry: 65.25 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 13.49 g;	Wartość energetyczna: 2145.09 kcal; Białko ogółem: 79.20 g; Tłuszcz: 48.97 g; Kw. tł. nasy.: 17.28 g; Węglowodany ogółem: 358.27 g; W tym cukry: 69.94 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 11.99 g;	Wartość energetyczna: 2322.67 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 48.08 g; Kw. tł. nasy.: 15.81 g; Węglowodany ogółem: 414.68 g; W tym cukry: 101.36 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sól: 12.08 g;	Wartość energetyczna: 1911.90 kcal; Białko ogółem: 70.20 g; Tłuszcz: 32.26 g; Kw. tł. nasy.: 7.00 g; Węglowodany ogółem: 344.09 g; W tym cukry: 85.15 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 1845.36 kcal; Białko ogółem: 65.42 g; Tłuszcz: 36.72 g; Kw. tł. nasy.: 8.55 g; Węglowodany ogółem: 327.03 g; W tym cukry: 58.24 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 14.24 g;	Wartość energetyczna: 1716.00 kcal; Białko ogółem: 62.19 g; Tłuszcz: 53.07 g; Kw. tł. nasy.: 14.54 g; Węglowodany ogółem: 252.24 g; W tym cukry: 59.02 g; Błonnik pok.: 15.38 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2405.65 kcal; Białko ogółem: 79.66 g; Tłuszcz: 72.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 370.83 g; W tym cukry: 70.62 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 10.60 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-16 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli* 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Rzodkiew biała 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) 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 Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli* 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (***MLE,***)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			
	Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka z kurczaka + 230 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka z kurczaka + 230 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml			Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka z kurczaka + 230 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka z kurczaka (bez glutenu) + 230 g (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Papryka faszerowana ryżem i warzywami + 300 g (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ,MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ,MLE,***) Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	PN	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2549.69 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 396.91 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 37.25 g; Sól: 11.79 g;	Wartość energetyczna: 2336.35 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 53.99 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; Węglowodany ogółem: 372.91 g; W tym cukry: 71.50 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 11.08 g;	Wartość energetyczna: 2450.45 kcal; Białko ogółem: 102.39 g; Tłuszcz: 59.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 386.38 g; W tym cukry: 113.56 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2202.39 kcal; Białko ogółem: 81.03 g; Tłuszcz: 49.81 g; Kw. tł. nasy.: 9.87 g; Węglowodany ogółem: 363.27 g; W tym cukry: 117.43 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2023.07 kcal; Białko ogółem: 78.39 g; Tłuszcz: 43.58 g; Kw. tł. nasy.: 9.86 g; Węglowodany ogółem: 340.04 g; W tym cukry: 50.56 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 11.77 g;	Wartość energetyczna: 1818.57 kcal; Białko ogółem: 65.39 g; Tłuszcz: 49.99 g; Kw. tł. nasy.: 12.06 g; Węglowodany ogółem: 278.85 g; W tym cukry: 48.62 g; Błonnik pok.: 14.15 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2276.64 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz: 65.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 356.94 g; W tym cukry: 79.38 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 10.65 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-17 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Hummus 30 g (***SEZ,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek śmietankowy naturalny 30 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Miód (25g) 1 szt Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek śmietankowy naturalny 30 g (***MLE,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Ser żółty 20 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (***MLE,***) Sałatka z ogórka kiszonego ze słonecznikiem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos jarzynowy (bez mleka) + 100 g Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 350 g (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos jarzynowy (bez mleka) + 100 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos jarzynowy (bez mleka) + 100 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sałatka z ogórka kiszonego ze słonecznikiem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)
		Wartość energetyczna: 2454.71 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 71.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.33 g; Węglowodany ogółem: 358.25 g; W tym cukry: 66.90 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 14.01 g;	Wartość energetyczna: 2349.50 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 61.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.35 g; Węglowodany ogółem: 357.79 g; W tym cukry: 68.72 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 11.64 g;	Wartość energetyczna: 2302.28 kcal; Białko ogółem: 91.94 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 369.76 g; W tym cukry: 102.57 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 10.91 g;	Wartość energetyczna: 2008.88 kcal; Białko ogółem: 73.75 g; Tłuszcz: 51.20 g; Kw. tł. nasy.: 12.47 g; Węglowodany ogółem: 322.26 g; W tym cukry: 100.50 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 1915.32 kcal; Białko ogółem: 73.52 g; Tłuszcz: 36.80 g; Kw. tł. nasy.: 9.15 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; W tym cukry: 60.28 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 11.75 g;	Wartość energetyczna: 1900.74 kcal; Białko ogółem: 63.71 g; Tłuszcz: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; Węglowodany ogółem: 269.91 g; W tym cukry: 50.04 g; Błonnik pok.: 17.20 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2378.41 kcal; Białko ogółem: 78.07 g; Tłuszcz: 75.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 352.62 g; W tym cukry: 66.78 g; Błonnik pok.: 18.97 g; Sól: 12.01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-18 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 30 g	Płatki pszenne na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pomidor 30 g	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Szynka wieprzowa gotowana 50 g	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 g	Płatki pszenne na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy + 100 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i jabłka b/c + 120 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku* 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku* 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g Warzywa po grecku* 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez glutenu) + 100 g (***MLE,***) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 120 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy + 100 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i jabłka b/c + 120 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Jabłko w sosie wanilinowym 200 g (***MLE,***)			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek 40 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek 40 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek 40 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek 40 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	PN	Wafle ryżowe 30 g						
		Wartość energetyczna: 2431.78 kcal; Białko ogółem: 95.92 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 377.28 g; W tym cukry: 98.55 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 2446.32 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; Tłuszcz: 64.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 379.16 g; W tym cukry: 98.82 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2452.07 kcal; Białko ogółem: 103.28 g; Tłuszcz: 44.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; Węglowodany ogółem: 421.94 g; W tym cukry: 115.13 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 1944.31 kcal; Białko ogółem: 91.23 g; Tłuszcz: 25.79 g; Kw. tł. nasy.: 6.32 g; Węglowodany ogółem: 344.84 g; W tym cukry: 83.26 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2229.91 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.30 g; Węglowodany ogółem: 359.39 g; W tym cukry: 75.67 g; Błonnik pok.: 29.20 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 1896.49 kcal; Białko ogółem: 58.40 g; Tłuszcz: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 295.78 g; W tym cukry: 71.20 g; Błonnik pok.: 19.90 g; Sól: 5.12 g;	Wartość energetyczna: 2446.32 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; Tłuszcz: 64.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 379.16 g; W tym cukry: 98.82 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 9.44 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-19 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 60 g (***RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 60 g (***RYB, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 60 g (***RYB, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Mus truskawkowy + 100 g (***MLE,***) Masa serowa do makaronu + 100 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy + 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy + 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (***SOJ, SEL,***) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 180 g Mus truskawkowy + 100 g (***MLE,***) Masa serowa do makaronu + 100 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Mus truskawkowy + 100 g (***MLE,***) Masa serowa do makaronu + 100 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek na słodko 60 g (***MLE,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)			Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek na słodko 60 g (***MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek na słodko 60 g (***MLE,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)				Mandarynka 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)
		Wartość energetyczna: 2456.60 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 51.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 420.58 g; W tym cukry: 127.41 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2469.94 kcal; Białko ogółem: 88.85 g; Tłuszcz: 52.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 422.84 g; W tym cukry: 127.92 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2545.33 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 70.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 402.83 g; W tym cukry: 88.70 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 2243.14 kcal; Białko ogółem: 74.11 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 13.39 g; Węglowodany ogółem: 361.56 g; W tym cukry: 114.86 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 1841.73 kcal; Białko ogółem: 57.02 g; Tłuszcz: 41.29 g; Kw. tł. nasy.: 7.79 g; Węglowodany ogółem: 321.51 g; W tym cukry: 63.74 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 11.37 g;	Wartość energetyczna: 1795.13 kcal; Białko ogółem: 47.16 g; Tłuszcz: 40.08 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; Węglowodany ogółem: 318.07 g; W tym cukry: 114.10 g; Błonnik pok.: 19.12 g; Sól: 3.48 g;	Wartość energetyczna: 2643.80 kcal; Białko ogółem: 93.16 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 434.56 g; W tym cukry: 127.48 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 8.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-20 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, MLE,***) Ćwikła z chrzanem () 50 g (***MLE, S02,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Ćwikła z jabłkiem () 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Ćwikła z jabłkiem () 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Ćwikła z jabłkiem () 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem () 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet schabowy panierowany + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka Colesław + 120 g (***JAJ, MLE, GOR, S02,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany + 100 g Sos pomidorowy + 100 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ryżowa (bez mleka) + 350 g (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany + 100 g Sos pomidorowy + 100 g Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Zupa ryżowa (bez mleka) + 350 g (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany + 100 g Sos pomidorowy + 100 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Zupa ryżowa + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (***SOJ, SEL,***) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Wafle tortowe 30 g (***GLU PSZ, SOJ,***)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2282.24 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 363.15 g; W tym cukry: 89.40 g; Błonnik pok.: 31.08 g; Sól: 11.61 g;	Wartość energetyczna: 2195.55 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 45.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; Węglowodany ogółem: 355.92 g; W tym cukry: 89.01 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 10.82 g;	Wartość energetyczna: 2443.11 kcal; Białko ogółem: 93.13 g; Tłuszcz: 48.42 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 416.33 g; W tym cukry: 148.06 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2085.47 kcal; Białko ogółem: 78.57 g; Tłuszcz: 33.59 g; Kw. tł. nasy.: 8.38 g; Węglowodany ogółem: 371.42 g; W tym cukry: 128.55 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 1952.77 kcal; Białko ogółem: 88.05 g; Tłuszcz: 35.86 g; Kw. tł. nasy.: 9.29 g; Węglowodany ogółem: 330.96 g; W tym cukry: 62.11 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 11.19 g;	Wartość energetyczna: 1690.86 kcal; Białko ogółem: 76.44 g; Tłuszcz: 42.23 g; Kw. tł. nasy.: 12.45 g; Węglowodany ogółem: 252.84 g; W tym cukry: 51.93 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 1997.97 kcal; Białko ogółem: 74.53 g; Tłuszcz: 48.75 g; Kw. tł. nasy.: 17.60 g; Węglowodany ogółem: 326.81 g; W tym cukry: 71.79 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sól: 8.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-21 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***) Sałatka jarzynowa* 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			
	Obiad	Zupa fasolowa z kiełbasą + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (***SOJ, MLE,***) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 120 g (***MLE,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (***SOJ, MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa fasolowa z kiełbasą + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (***SOJ, MLE,***) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 120 g (***MLE,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Pyzy z truskawkami + 300 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Dip jogurtowo-śmietanowy z wanilią dieta + 100 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2626.66 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 73.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 380.60 g; W tym cukry: 81.67 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 14.40 g;	Wartość energetyczna: 2424.65 kcal; Białko ogółem: 106.49 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 374.62 g; W tym cukry: 80.42 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sól: 12.49 g;	Wartość energetyczna: 2466.42 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 53.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.72 g; Węglowodany ogółem: 395.34 g; W tym cukry: 112.82 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 10.90 g;	Wartość energetyczna: 2034.60 kcal; Białko ogółem: 89.61 g; Tłuszcz: 40.49 g; Kw. tł. nasy.: 6.60 g; Węglowodany ogółem: 341.62 g; W tym cukry: 112.16 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2114.82 kcal; Białko ogółem: 95.48 g; Tłuszcz: 49.23 g; Kw. tł. nasy.: 9.47 g; Węglowodany ogółem: 337.05 g; W tym cukry: 57.99 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 12.66 g;	Wartość energetyczna: 1769.36 kcal; Białko ogółem: 80.12 g; Tłuszcz: 48.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.70 g; Węglowodany ogółem: 260.73 g; W tym cukry: 48.71 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2772.28 kcal; Białko ogółem: 77.51 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 474.33 g; W tym cukry: 155.20 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 11.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-22 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				
	Obiad	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Surówka z czarnej rzepy z natką pietruszki + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa grysikowa + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Marchew oprószana z olejem () 120 g (***GLU PSZ,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa grysikowa + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Marchew oprószana z olejem () 120 g (***GLU PSZ,***) Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Marchew oprószana z olejem () 120 g (***GLU PSZ,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Fasolka po bretońsku wegetariańska + 230 g (***SOJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***)
	PD			Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***) Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 30 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 70 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	PN	Banan 1szt. 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)		Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Banan 1szt. 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2409.21 kcal; Białko ogółem: 81.40 g; Tłuszcz: 68.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 380.13 g; W tym cukry: 103.11 g; Błonnik pok.: 32.20 g; Sól: 13.35 g;	Wartość energetyczna: 2426.58 kcal; Białko ogółem: 81.60 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 379.28 g; W tym cukry: 103.74 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sól: 12.93 g;	Wartość energetyczna: 2607.59 kcal; Białko ogółem: 83.83 g; Tłuszcz: 60.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 445.77 g; W tym cukry: 135.65 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 11.93 g;	Wartość energetyczna: 2212.91 kcal; Białko ogółem: 70.06 g; Tłuszcz: 42.61 g; Kw. tł. nasy.: 10.07 g; Węglowodany ogółem: 394.68 g; W tym cukry: 149.84 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2240.57 kcal; Białko ogółem: 74.24 g; Tłuszcz: 54.36 g; Kw. tł. nasy.: 13.91 g; Węglowodany ogółem: 377.18 g; W tym cukry: 85.21 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 10.86 g;	Wartość energetyczna: 2053.48 kcal; Białko ogółem: 73.32 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kw. tł. nasy.: 17.16 g; Węglowodany ogółem: 298.66 g; W tym cukry: 75.37 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 2683.47 kcal; Białko ogółem: 86.58 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; Węglowodany ogółem: 431.18 g; W tym cukry: 107.17 g; Błonnik pok.: 39.79 g; Sól: 10.70 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-23 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 70 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 70 g Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Herbatniki 30 g (***GLU PSZ,SOJ, MLE,***)	Chrupki kukurydziane 20 g			
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona z jogurtem + 120 g (***MLE,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Zupa szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g (***SEL,***) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Burger z soczewicy pieczony + 100 g (***GLU PSŻ, MLE,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Surówka z marchwi i selera + 120 g (***MLE, SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Maślanka 200 ml (***MLE,***)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Dżem 25 g 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Dżem 25 g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2392.73 kcal; Białko ogółem: 89.93 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 357.73 g; W tym cukry: 70.47 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 13.66 g;	Wartość energetyczna: 2262.82 kcal; Białko ogółem: 86.11 g; Tłuszcz: 47.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; Węglowodany ogółem: 386.58 g; W tym cukry: 99.80 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 10.24 g;	Wartość energetyczna: 2343.87 kcal; Białko ogółem: 92.11 g; Tłuszcz: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 392.31 g; W tym cukry: 119.42 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 1854.77 kcal; Białko ogółem: 65.15 g; Tłuszcz: 28.68 g; Kw. tł. nasy.: 5.05 g; Węglowodany ogółem: 345.11 g; W tym cukry: 97.92 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 1997.43 kcal; Białko ogółem: 69.69 g; Tłuszcz: 35.82 g; Kw. tł. nasy.: 8.44 g; Węglowodany ogółem: 364.33 g; W tym cukry: 77.50 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 10.98 g;	Wartość energetyczna: 1791.67 kcal; Białko ogółem: 56.46 g; Tłuszcz: 48.66 g; Kw. tł. nasy.: 12.93 g; Węglowodany ogółem: 288.81 g; W tym cukry: 76.17 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sól: 5.52 g;	Wartość energetyczna: 2424.53 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz: 55.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 411.78 g; W tym cukry: 112.12 g; Błonnik pok.: 38.25 g; Sól: 9.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-24 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli* 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli* 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (***SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 120 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (***SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 120 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (***SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Pulpet z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy + 100 g Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron bezglutenowy 180 g Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Naleśniki z pieczarkami + 300 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 120 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 55 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet z indyka gotowany 50 g Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	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		Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2445.61 kcal; Białko ogółem: 83.58 g; Tłuszcz: 62.71 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; Węglowodany ogółem: 395.69 g; W tym cukry: 107.25 g; Błonnik pok.: 36.06 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 2389.64 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 390.45 g; W tym cukry: 107.13 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 10.82 g;	Wartość energetyczna: 2352.59 kcal; Białko ogółem: 85.04 g; Tłuszcz: 54.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 394.94 g; W tym cukry: 131.70 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 1958.90 kcal; Białko ogółem: 68.83 g; Tłuszcz: 34.61 g; Kw. tł. nasy.: 6.25 g; Węglowodany ogółem: 350.92 g; W tym cukry: 111.52 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2072.58 kcal; Białko ogółem: 70.32 g; Tłuszcz: 40.96 g; Kw. tł. nasy.: 9.25 g; Węglowodany ogółem: 366.88 g; W tym cukry: 80.10 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 1857.36 kcal; Białko ogółem: 59.50 g; Tłuszcz: 47.62 g; Kw. tł. nasy.: 12.70 g; Węglowodany ogółem: 300.69 g; W tym cukry: 79.64 g; Błonnik pok.: 17.07 g; Sól: 4.48 g;	Wartość energetyczna: 2548.43 kcal; Białko ogółem: 91.32 g; Tłuszcz: 76.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.21 g; Węglowodany ogółem: 385.80 g; W tym cukry: 109.02 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sól: 11.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-25 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Ogórek kiszony 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Ryba faszerowana (Dorsz) 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Ryba faszerowana (Dorsz) 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) 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			
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Morszczuk smażony 100g + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (***RYB,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet z morszczuka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet z morszczuka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem (bez mleka) + 350 ml (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet z morszczuka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g (***SEL,***) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 100 g (***JAJ, RYB,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Burger warzywny z zielonego groszku + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sos chrzanowy + 100 g (***MLE, S02,***)
	PD			Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Dżem 40 g Pomarańcza 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)			Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) 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 Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Dżem 40 g Serek a'la homogenizowany 40 g (***MLE,***) Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 40 g (***MLE,***) Dżem 40 g Pomarańcza 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2358.40 kcal; Białko ogółem: 95.76 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.22 g; Węglowodany ogółem: 370.25 g; W tym cukry: 90.55 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 12.71 g;	Wartość energetyczna: 2302.75 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 56.91 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 359.35 g; W tym cukry: 92.09 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 13.01 g;	Wartość energetyczna: 2403.79 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 18.06 g; Węglowodany ogółem: 414.75 g; W tym cukry: 136.93 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 1922.36 kcal; Białko ogółem: 78.70 g; Tłuszcz: 34.48 g; Kw. tł. nasy.: 6.93 g; Węglowodany ogółem: 333.22 g; W tym cukry: 98.01 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2000.96 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz: 41.26 g; Kw. tł. nasy.: 9.92 g; Węglowodany ogółem: 345.92 g; W tym cukry: 74.96 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 13.09 g;	Wartość energetyczna: 1753.09 kcal; Białko ogółem: 58.72 g; Tłuszcz: 51.32 g; Kw. tł. nasy.: 13.42 g; Węglowodany ogółem: 271.83 g; W tym cukry: 73.55 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2247.20 kcal; Białko ogółem: 78.25 g; Tłuszcz: 55.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 371.38 g; W tym cukry: 95.69 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 12.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-26 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 50 g (***SOJ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Schab gotowany 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Klopsik z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy + 100 g Sałatka z selera naciowego i kopru włoskiego z jabłkiem- dieta + 120 g (***MLE, SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Klopsik z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy + 100 g Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Klopsik z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 350 g (***SOJ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Klopsik z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 350 g (***SOJ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Klopsik z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy + 100 g Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy + 100 g Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Wegetariańskie stripsy a'la kurczak + 100 g (***GLU PSZ, SOJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Dip jogurtowy naturalny + 100 g (***MLE,***) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 30 g
	PN	Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)				Jabłko 1 szt 1 szt		Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
		Wartość energetyczna: 2315.14 kcal; Białko ogółem: 82.60 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 345.99 g; W tym cukry: 67.09 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2190.76 kcal; Białko ogółem: 84.20 g; Tłuszcz: 55.60 g; Kw. tł. nasy.: 17.13 g; Węglowodany ogółem: 347.82 g; W tym cukry: 67.83 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 12.01 g;	Wartość energetyczna: 2300.95 kcal; Białko ogółem: 85.70 g; Tłuszcz: 55.69 g; Kw. tł. nasy.: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 375.52 g; W tym cukry: 78.61 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2033.46 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; Tłuszcz: 41.49 g; Kw. tł. nasy.: 6.08 g; Węglowodany ogółem: 346.10 g; W tym cukry: 108.74 g; Błonnik pok.: 17.86 g; Sól: 6.65 g;	Wartość energetyczna: 1839.89 kcal; Białko ogółem: 63.93 g; Tłuszcz: 42.01 g; Kw. tł. nasy.: 8.69 g; Węglowodany ogółem: 313.30 g; W tym cukry: 61.95 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 11.49 g;	Wartość energetyczna: 1840.76 kcal; Białko ogółem: 66.09 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 13.55 g; Węglowodany ogółem: 249.43 g; W tym cukry: 60.49 g; Błonnik pok.: 15.27 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2624.84 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 397.68 g; W tym cukry: 71.39 g; Błonnik pok.: 35.18 g; Sól: 11.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BIAŁYSTOK

		BIAŁ- PCK Podstawowa	BIAŁ- PCK Łatwo strawna	BIAŁ- PCK Z ogr. tł./ogr.subst.pobudz.wydz.sok.żoł	BIAŁ- PCK Z ogr. tł. (trzustkowa)	BIAŁ- PCK Bezmleczna	BIAŁ- PCK Bezglutenowa	BIAŁ- PCK Wegetariańska
2025-04-27 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, MLE,***) Rzodkiew biała 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny + 100 g (***GLU PSZ, SOJ,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlet z batatów i białej fasoli + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEZ, GLU OW,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb tostowy pszenny 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Wafle tortowe 30 g (***GLU PSZ, SOJ,***)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2335.96 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 353.28 g; W tym cukry: 95.44 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 11.18 g;	Wartość energetyczna: 2443.23 kcal; Białko ogółem: 97.37 g; Tłuszcz: 74.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 352.96 g; W tym cukry: 97.66 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 10.55 g;	Wartość energetyczna: 2606.48 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 71.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 402.18 g; W tym cukry: 141.47 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2304.20 kcal; Białko ogółem: 80.25 g; Tłuszcz: 59.93 g; Kw. tł. nasy.: 10.70 g; Węglowodany ogółem: 360.35 g; W tym cukry: 122.76 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2201.85 kcal; Białko ogółem: 84.66 g; Tłuszcz: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 11.88 g; Węglowodany ogółem: 328.64 g; W tym cukry: 71.20 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 10.98 g;	Wartość energetyczna: 1923.92 kcal; Białko ogółem: 65.11 g; Tłuszcz: 73.34 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 249.23 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 13.62 g; Sól: 4.76 g;	Wartość energetyczna: 2147.35 kcal; Białko ogółem: 67.25 g; Tłuszcz: 61.86 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 338.53 g; W tym cukry: 78.58 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 9.57 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-14 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 30 g (***RYB, SEL, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (***SOJ,***)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab pieczony cały + 100 g Sos pomidorowy + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 120 g Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Dip jogurtowy naturalny + 100 g (***MLE,***) Prażone jabłka + 100 g Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (paraboliczny) 150 g Dip jogurtowy naturalny + 50 g (***MLE,***) Prażone jabłka + 50 g Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (***MLE,***)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 30 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (***SOJ,***) Pomidor 30 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2301.73 kcal; Białko ogółem: 107.96 g; Tłuszcz: 63.84 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 337.33 g; W tym cukry: 56.31 g; Błonnik pok.: 34.46 g; Sól: 11.25 g;	Wartość energetyczna: 2507.01 kcal; Białko ogółem: 86.74 g; Tłuszcz: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 420.57 g; W tym cukry: 134.95 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 12.19 g;	Wartość energetyczna: 2220.98 kcal; Białko ogółem: 49.22 g; Tłuszcz: 36.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 438.91 g; W tym cukry: 168.23 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 10.23 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-15 wtorek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g (***SOJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (***SOJ,MLE,***)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (***MLE,***)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 350 ml (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pulpet z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Surówka z białej kapusty z koperkiem + 120 g Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet z kurczaka + 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g (***SEL,***) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Maślanka 200 ml (***MLE,***)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Chrupki kukurydziane 20 g
	Kolacja	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (***SOJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Sałata zielona 20 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2030.05 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 17.19 g; Węglowodany ogółem: 306.38 g; W tym cukry: 40.56 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 13.62 g;	Wartość energetyczna: 2525.38 kcal; Białko ogółem: 93.01 g; Tłuszcz: 56.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 424.74 g; W tym cukry: 110.18 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 12.46 g;	Wartość energetyczna: 2064.79 kcal; Białko ogółem: 53.31 g; Tłuszcz: 36.37 g; Kw. tł. nasy.: 10.40 g; Węglowodany ogółem: 394.41 g; W tym cukry: 79.93 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 10.16 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-16 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli* 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Rzodkiew biała 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 30 g (***MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***)	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (***MLE,***)	Herbatniki 30 g (***GLU PSZ,SOJ, MLE,***)
	Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka z kurczaka + 230 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka z kurczaka + 230 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka z kurczaka + 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***)	Kefir 2% tł 150 ml (***MLE,***)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
	Kolacja	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ, MLE,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ, MLE,***) Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (***SOJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Dżem 25 g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2461.41 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 78.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 349.09 g; W tym cukry: 42.69 g; Błonnik pok.: 37.40 g; Sól: 11.30 g;	Wartość energetyczna: 2544.25 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 403.61 g; W tym cukry: 98.09 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 11.34 g;	Wartość energetyczna: 2257.12 kcal; Białko ogółem: 68.08 g; Tłuszcz: 43.07 g; Kw. tł. nasy.: 12.17 g; Węglowodany ogółem: 407.41 g; W tym cukry: 89.95 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 9.73 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-17 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Hummus 30 g (***SEZ,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek śmietankowy naturalny 30 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek śmietankowy naturalny 30 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (***SOJ,***) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos jarzynowy (bez mleka) + 100 g Sałatka z ogórka kiszonego ze słonecznikiem + 120 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos jarzynowy (bez mleka) + 100 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 50 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)	
		Wartość energetyczna: 2312.19 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.19 g; Węglowodany ogółem: 339.64 g; W tym cukry: 72.89 g; Błonnik pok.: 31.40 g; Sól: 14.09 g;	Wartość energetyczna: 2563.43 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 68.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 385.10 g; W tym cukry: 75.03 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 12.84 g;	Wartość energetyczna: 2175.93 kcal; Białko ogółem: 63.80 g; Tłuszcz: 47.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.59 g; Węglowodany ogółem: 385.62 g; W tym cukry: 91.17 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sól: 10.21 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-18 piątek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 30 g	Płatki pszenne na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 30 g	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Pasta z brokuła * 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 20 g (***SOJ, MLE,***)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy + 100 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i jabłka b/c + 120 g (***SEL,***) Warzywa po grecku* 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy + 100 g (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku* 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy + 100 g (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku* 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***)	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (***MLE,***)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek 40 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek 30 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Twarożek 30 g (***MLE,***)	Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2517.13 kcal; Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 86.20 g; Kw. tł. nasy.: 37.95 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; W tym cukry: 48.59 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sól: 9.86 g;	Wartość energetyczna: 2704.08 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 69.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 421.51 g; W tym cukry: 115.97 g; Błonnik pok.: 30.55 g; Sól: 10.36 g;	Wartość energetyczna: 2433.09 kcal; Białko ogółem: 81.90 g; Tłuszcz: 53.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 416.41 g; W tym cukry: 121.55 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 8.78 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-19 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 60 g (***RYB, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (***SEL, GLU OW,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z brokuła * 100 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Maślanka 200 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***)	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Pulpet wieprzowy + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy dieta + 100 g (***MLE,***) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 120 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Mus truskawkowy + 100 g (***MLE,***) Masa serowa do makaronu + 100 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt	Serek homo. naturalny 150 g (***MLE,***)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
	Kolacja	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 60 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (***SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 100 g (***SEL,***) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2355.30 kcal; Białko ogółem: 91.91 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; Węglowodany ogółem: 345.45 g; W tym cukry: 85.05 g; Błonnik pok.: 39.12 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 2518.28 kcal; Białko ogółem: 108.39 g; Tłuszcz: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 414.69 g; W tym cukry: 123.47 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 13.31 g;	Wartość energetyczna: 2116.64 kcal; Białko ogółem: 56.32 g; Tłuszcz: 48.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.32 g; Węglowodany ogółem: 379.48 g; W tym cukry: 165.52 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sól: 6.16 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-20 niedziela	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 70 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem () 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,***)
	II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (***SOJ,***)	Mandarynka 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany + 100 g Sos pomidorowy + 100 g Surówka Colesław + 120 g (***JAJ, MLE, GOR, S02,***) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany + 100 g Sos pomidorowy + 100 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ryżowa (bez mleka) + 300 g (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Schab gotowany + 50 g Sos pomidorowy + 50 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 2% tł. 200 ml (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***)	Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (***SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 15 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (***SOJ,***) Pomidor 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2392.81 kcal; Białko ogółem: 125.13 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 330.50 g; W tym cukry: 47.67 g; Błonnik pok.: 31.57 g; Sól: 11.94 g;	Wartość energetyczna: 2542.50 kcal; Białko ogółem: 119.59 g; Tłuszcz: 58.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 395.47 g; W tym cukry: 96.28 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 12.34 g;	Wartość energetyczna: 2048.52 kcal; Białko ogółem: 61.22 g; Tłuszcz: 48.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 354.43 g; W tym cukry: 110.03 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 6.10 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-21 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***) Sałatka jarzynowa* 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (***SEL, GLU OW,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 15 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***) Sałata zielona 10 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (***MLE,***)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml
	Obiad	Zupa fasolowa z kiełbasą + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (***SOJ, MLE,***) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 120 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (***SOJ, MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 50 g Sos pietruszkowy + 100 g (***SOJ, MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***)	Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***) Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 30 g	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (***SOJ,***) Pomidor 30 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
		Wartość energetyczna: 2309.17 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 351.68 g; W tym cukry: 46.97 g; Błonnik pok.: 36.84 g; Sól: 11.68 g;	Wartość energetyczna: 2376.85 kcal; Białko ogółem: 113.46 g; Tłuszcz: 53.25 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 369.71 g; W tym cukry: 98.10 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 11.36 g;	Wartość energetyczna: 2085.46 kcal; Białko ogółem: 62.59 g; Tłuszcz: 40.94 g; Kw. tł. nasy.: 16.61 g; Węglowodany ogółem: 358.10 g; W tym cukry: 112.78 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sól: 6.46 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-22 wtorek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Ser żółty 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 20 g (***SOJ, MLE,***)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Obiad	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Surówka z czarnej rzepy z natką pietruszki + 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Marchew oprószana z olejem () 120 g (***GLU PSZ,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***)
	PD	Jogurt naturalny 2% tł. 200 ml (***MLE,***)	Maślanka truskawkowa 150 ml (***MLE,***)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, ÓZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, ÓZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, ÓZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g	Banan 1szt. 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2438.95 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 86.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 329.05 g; W tym cukry: 42.50 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sól: 14.26 g;	Wartość energetyczna: 2659.43 kcal; Białko ogółem: 90.77 g; Tłuszcz: 76.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 414.75 g; W tym cukry: 103.74 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sól: 14.06 g;	Wartość energetyczna: 2242.34 kcal; Białko ogółem: 53.65 g; Tłuszcz: 44.76 g; Kw. tł. nasy.: 12.11 g; Węglowodany ogółem: 421.34 g; W tym cukry: 128.73 g; Błonnik pok.: 34.81 g; Sól: 9.99 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-23 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 70 g (***RYB, SOJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 30 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***)
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona z jogurtem + 120 g (***MLE,***) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy dieta + 50 g (***MLE, SEL,***) Buraczki gotowane z natką pietruszki () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Maślanka 200 ml (***MLE,***)	Maślanka 150 ml (***MLE,***)	Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 30 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (***SOJ,MLE,***) Sałata zielona 20 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Dżem 25 g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2205.61 kcal; Białko ogółem: 100.51 g; Tłuszcz: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 332.62 g; W tym cukry: 61.95 g; Błonnik pok.: 35.29 g; Sól: 12.20 g;	Wartość energetyczna: 2460.40 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 51.11 g; Kw. tł. nasy.: 20.62 g; Węglowodany ogółem: 417.12 g; W tym cukry: 125.40 g; Błonnik pok.: 34.22 g; Sól: 10.67 g;	Wartość energetyczna: 2191.22 kcal; Białko ogółem: 64.33 g; Tłuszcz: 41.68 g; Kw. tł. nasy.: 14.85 g; Węglowodany ogółem: 403.74 g; W tym cukry: 76.56 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 9.79 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-24 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli* 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Sok pomidorowy 200 ml	Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (***SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 120 g (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 100 g (***SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (***MLE,***)	Herbatniki 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
	Kolacja	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***) Sałata zielona 10 g	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2105.36 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 62.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; Węglowodany ogółem: 315.18 g; W tym cukry: 50.26 g; Błonnik pok.: 39.78 g; Sól: 11.75 g;	Wartość energetyczna: 2503.23 kcal; Białko ogółem: 101.19 g; Tłuszcz: 58.19 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 402.42 g; W tym cukry: 114.89 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 10.15 g;	Wartość energetyczna: 2196.66 kcal; Białko ogółem: 63.79 g; Tłuszcz: 41.69 g; Kw. tł. nasy.: 12.50 g; Węglowodany ogółem: 402.97 g; W tym cukry: 104.29 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 8.75 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-25 piątek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Ogórek kiszony 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj 30 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Ser żółty 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,***)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet z morszczuka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 120 g Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 120 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet z morszczuka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE, SEL,***) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem (bez mleka) + 350 ml (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet z morszczuka + 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g (***SEL,***) Marchew pieczona w ziołach () BBCO 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***)		Galaretka o smaku brzoskwiniowym 200 g
	Kolacja	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Pomidor 30 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Dżem 40 g Pomarańcza 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 3 g (***MLE,***) Dżem 40 g Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 20 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Sałata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2360.51 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 332.23 g; W tym cukry: 48.10 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 12.83 g;	Wartość energetyczna: 2527.08 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz: 62.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 398.81 g; W tym cukry: 104.05 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 13.37 g;	Wartość energetyczna: 2142.48 kcal; Białko ogółem: 58.70 g; Tłuszcz: 36.61 g; Kw. tł. nasy.: 10.97 g; Węglowodany ogółem: 408.18 g; W tym cukry: 132.86 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 10.92 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-26 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ,MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ,MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (***SEL, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (***SOJ,MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Maślanka 150 ml (***MLE,***)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (***SOJ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Klopsik z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy + 100 g Sałatka z selera naciowego i kopru włoskiego z jabłkiem- dieta + 120 g (***MLE, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Klopsik z kurczaka + 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy + 100 g Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 350 g (***SOJ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Klopsik z kurczaka + 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy + 100 g Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (***MLE,***)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Sałatka z ryżu brązowego i brokułów- dieta 150 g (***MLE, SEL,***) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (***SOJ,MLE,***) Pomidor 30 g	Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	
		Wartość energetyczna: 2126.38 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz: 62.43 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 320.95 g; W tym cukry: 56.07 g; Błonnik pok.: 35.73 g; Sól: 10.55 g;	Wartość energetyczna: 2295.09 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 59.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 356.29 g; W tym cukry: 80.99 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 12.33 g;	Wartość energetyczna: 2063.04 kcal; Białko ogółem: 55.11 g; Tłuszcz: 42.74 g; Kw. tł. nasy.: 10.30 g; Węglowodany ogółem: 376.00 g; W tym cukry: 92.15 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 10.18 g;

		BIAŁ- PCK Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- PCK Bogatobiałkowa	BIAŁ- PCK Niskobiałkowa/mocznicowa
2025-04-27 niedziela	Śniadanie	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 70 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (***SOJ,***)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny + 100 g (***GLU PSZ, SOJ,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 120 g Ratatouille z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 350 ml (***SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab gotowany 40 g Sos własny dieta + 100 g (***SOJ,***) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 2% tł. 200 ml (***MLE,***)	Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany o smaku wanilinowym 30 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (***MLE,***) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (***SOJ,***) Pomidor 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2610.34 kcal; Białko ogółem: 120.12 g; Tłuszcz: 94.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 324.28 g; W tym cukry: 41.63 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 10.60 g;	Wartość energetyczna: 2411.94 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 381.35 g; W tym cukry: 103.02 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 11.12 g;	Wartość energetyczna: 2108.96 kcal; Białko ogółem: 55.38 g; Tłuszcz: 33.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.82 g; Węglowodany ogółem: 406.08 g; W tym cukry: 133.39 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sól: 8.86 g;

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg 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,