

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-19 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 130 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				Jabłko 1 szt 1 szt				
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 250 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 120 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sos chrzanowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, S02.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD		Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )				Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-19 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Papka Ob () 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1982.29 kcal; Białko ogółem: 66.61 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 315.64 g; W tym cukry: 85.03 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 1347.89 kcal; Białko ogółem: 57.03 g; Tłuszcz: 40.91 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 197.80 g; W tym cukry: 56.74 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 1866.46 kcal; Białko ogółem: 70.58 g; Tłuszcz: 50.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; Węglowodany ogółem: 291.87 g; W tym cukry: 75.45 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2126.14 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 322.19 g; W tym cukry: 88.00 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2032.67 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz: 52.03 g; Kw. tł. nasy.: 14.39 g; Węglowodany ogółem: 321.28 g; W tym cukry: 87.46 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 1705.77 kcal; Białko ogółem: 67.69 g; Tłuszcz: 51.44 g; Kw. tł. nasy.: 17.67 g; Węglowodany ogółem: 263.27 g; W tym cukry: 50.54 g; Błonnik pok.: 41.43 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2032.31 kcal; Białko ogółem: 45.79 g; Tłuszcz: 55.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 355.67 g; W tym cukry: 68.81 g; Błonnik pok.: 36.21 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2145.09 kcal; Białko ogółem: 90.41 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 318.41 g; W tym cukry: 89.67 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 1865.58 kcal; Białko ogółem: 65.72 g; Tłuszcz: 54.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 292.47 g; W tym cukry: 70.97 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 8.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwopryswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-20 wtorek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 100 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				
2024-08-20 wtorek	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dynia duszona z olejem* 160 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z marchwi i selera z olejem () b/c 100 g ( <b>SEL.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa pieczona 140 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
PD		Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 20 g ( <b>MLE.</b> )				Jabłko 1 szt 1 szt					
2024-08-20 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ., GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. 3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ., GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. 3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ., JAJ., MLE., SEL.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ., GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ., GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )
		PN	Wafle ryżowe 30 g		Chrupki kukurydziane 20 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ., GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )		Wafle ryżowe 30 g		
	Wartość energetyczna: 2252.71 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 335.14 g; W tym cukry: 61.66 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 1789.25 kcal; Białko ogółem: 87.36 g; Tłuszcz: 44.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 263.20 g; W tym cukry: 37.22 g; Błonnik pok.: 15.64 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2264.38 kcal; Białko ogółem: 102.46 g; Tłuszcz: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 342.37 g; W tym cukry: 65.46 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2222.60 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 55.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 334.07 g; W tym cukry: 64.88 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2129.12 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 45.90 g; Kw. tł. nasy.: 14.39 g; Węglowodany ogółem: 333.16 g; W tym cukry: 64.34 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 1929.02 kcal; Białko ogółem: 94.38 g; Tłuszcz: 52.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.20 g; Węglowodany ogółem: 285.86 g; W tym cukry: 48.83 g; Błonnik pok.: 44.90 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2091.72 kcal; Białko ogółem: 52.37 g; Tłuszcz: 49.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 367.48 g; W tym cukry: 66.00 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2410.70 kcal; Białko ogółem: 125.05 g; Tłuszcz: 60.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 345.81 g; W tym cukry: 65.46 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2186.43 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 61.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 324.90 g; W tym cukry: 62.79 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 7.77 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-21 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszeny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. 3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw. 3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 130 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )				
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlet mielony drobiowy 150 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g ( <b>MLE.</b> ) Mizeria 100 g ( <b>MLE.</b> ) Buraczki oprószone () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 100 g Buraczki oprószone () 160 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mizeria 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej - diety (pieczone) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kalafior gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
PD		Chrupki kukurydziane 20 g				Brzoskwinia 1 szt 1 szt					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
2024-08-21 środa PN	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет z ciecierzycy ( ) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy ( ) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Papka Ob ( ) 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 100 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
		Brzoskwinia 1 szt 1 szt		Brzoskwinia 1 szt 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> )		Brzoskwinia 1 szt 1 szt		Brzoskwinia 1 szt 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2772.60 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 103.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 364.55 g; W tym cukry: 75.32 g; Błonnik pok.: 35.22 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 1533.77 kcal; Białko ogółem: 70.86 g; Tłuszcz: 43.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.17 g; Węglowodany ogółem: 222.98 g; W tym cukry: 59.59 g; Błonnik pok.: 17.30 g; Sól: 4.10 g;	Wartość energetyczna: 2141.06 kcal; Białko ogółem: 87.36 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 316.30 g; W tym cukry: 81.56 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2140.57 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 316.19 g; W tym cukry: 81.49 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 5.83 g;	Wartość energetyczna: 2061.97 kcal; Białko ogółem: 87.21 g; Tłuszcz: 54.46 g; Kw. tł. nasy.: 15.80 g; Węglowodany ogółem: 316.07 g; W tym cukry: 81.38 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 1875.55 kcal; Białko ogółem: 80.81 g; Tłuszcz: 50.42 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; Węglowodany ogółem: 290.47 g; W tym cukry: 48.52 g; Błonnik pok.: 40.62 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2036.21 kcal; Białko ogółem: 57.17 g; Tłuszcz: 67.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 312.90 g; W tym cukry: 55.35 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2455.35 kcal; Białko ogółem: 119.43 g; Tłuszcz: 78.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 327.50 g; W tym cukry: 81.97 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2201.76 kcal; Białko ogółem: 73.62 g; Tłuszcz: 63.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 344.26 g; W tym cukry: 76.66 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 7.20 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-22 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 250 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną 10 g	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 130 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				
	Obiad	Barzcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL. MLE. SEL. SEL. GLU ZYT.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo z cukini z kiełbasą 150 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Sałata zielona z sosem vinegrett 50 g ( <b>GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko 120 g Leczo z drobiem-dieta () 100 g Sałata zielona z olejem 50 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Sałata zielona z olejem 50 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Sałata zielona z sosem vinegrett 50 g ( <b>GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Sałata zielona z sosem vinegrett 50 g ( <b>GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 100 g Sałata zielona z olejem 50 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Sałata zielona z olejem 50 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Sałata zielona z olejem 50 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Sałata zielona z olejem 50 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD		Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-22 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Papka Ob () 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 100 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt			Jabłko pieczone 150 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g ( <u>SOJ,</u> )	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2299.17 kcal; Białko ogółem: 66.68 g; Tłuszcz: 76.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 345.09 g; W tym cukry: 79.35 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 1648.96 kcal; Białko ogółem: 59.83 g; Tłuszcz: 52.91 g; Kw. tł. nasy.: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 240.37 g; W tym cukry: 54.93 g; Błonnik pok.: 14.74 g; Sól: 3.68 g;	Wartość energetyczna: 2301.68 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz: 68.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 351.16 g; W tym cukry: 79.62 g; Błonnik pok.: 19.09 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 2294.19 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Tłuszcz: 69.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 349.20 g; W tym cukry: 75.69 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 2222.59 kcal; Białko ogółem: 78.48 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 350.94 g; W tym cukry: 79.43 g; Błonnik pok.: 19.07 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 1943.53 kcal; Białko ogółem: 72.78 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.17 g; Węglowodany ogółem: 291.79 g; W tym cukry: 31.59 g; Błonnik pok.: 40.26 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2292.44 kcal; Białko ogółem: 47.35 g; Tłuszcz: 67.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 385.95 g; W tym cukry: 59.42 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2436.08 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.35 g; Węglowodany ogółem: 353.77 g; W tym cukry: 81.30 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2179.68 kcal; Białko ogółem: 72.83 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 328.36 g; W tym cukry: 58.82 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 6.39 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-23	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Śliwka szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Śliwka szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN		Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )			Słupki z warzyw () 100 g					
2024-08-23	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaki młode gotowane () 100 g Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 160 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 140 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )						

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-23 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE.</b> )	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE.</b> )		Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		
		Wartość energetyczna: 2197.20 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 72.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 311.38 g; W tym cukry: 80.13 g; Błonnik pok.: 29.89 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 1617.96 kcal; Białko ogółem: 80.63 g; Tłuszcz: 53.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 213.10 g; W tym cukry: 63.24 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 4.14 g;	Wartość energetyczna: 2169.65 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 314.24 g; W tym cukry: 92.98 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2195.93 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 64.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 317.02 g; W tym cukry: 95.65 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 2117.33 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 55.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 316.91 g; W tym cukry: 95.54 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 1805.43 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 54.80 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 252.43 g; W tym cukry: 45.70 g; Błonnik pok.: 41.52 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2095.20 kcal; Białko ogółem: 66.57 g; Tłuszcz: 65.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 325.99 g; W tym cukry: 81.71 g; Błonnik pok.: 34.05 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2304.41 kcal; Białko ogółem: 113.17 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 315.78 g; W tym cukry: 94.35 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 2081.06 kcal; Białko ogółem: 84.11 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 305.30 g; W tym cukry: 90.40 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 6.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-24 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na mleku/p 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</b> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 100 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz warzywny dieta* 130 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 160 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-24 sobota	PD		Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 20 g ( <u>MLE.</u> )				Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</u> )	Papka Ob () 500 ml ( <u>GLU PSZ., JAJ., MLE., SEL.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</u> )
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ., GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	
		Wartość energetyczna: 2305.74 kcal; Białko ogółem: 88.82 g; Tłuszcz: 74.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 333.47 g; W tym cukry: 68.74 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 1708.53 kcal; Białko ogółem: 77.65 g; Tłuszcz: 57.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 229.20 g; W tym cukry: 56.45 g; Błonnik pok.: 17.23 g; Sól: 5.18 g;	Wartość energetyczna: 2290.85 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw. tł. nasy.: 30.90 g; Węglowodany ogółem: 331.27 g; W tym cukry: 78.23 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2289.87 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw. tł. nasy.: 30.90 g; Węglowodany ogółem: 331.05 g; W tym cukry: 78.08 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2211.27 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 63.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 330.93 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2059.75 kcal; Białko ogółem: 87.54 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 303.85 g; W tym cukry: 41.62 g; Błonnik pok.: 42.82 g; Sól: 9.36 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2101.10 kcal; Białko ogółem: 52.85 g; Tłuszcz: 59.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 354.41 g; W tym cukry: 70.42 g; Błonnik pok.: 35.75 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2417.65 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.41 g; Węglowodany ogółem: 336.26 g; W tym cukry: 78.29 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2124.85 kcal; Białko ogółem: 79.30 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 319.07 g; W tym cukry: 66.43 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 7.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
2024-08-25 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW, ZYT,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml ( <b>MLE, GLU OW, ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW, ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW, ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW, ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW, ZYT,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 40 g Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW, ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 130 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW, ZYT,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ,</b> )			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> )					
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Rosół z makaronem () 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki młode gotowane () 100 g Brokuł gotowany* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem (bez cukru) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> )	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Makaron z warzywami*- dieta BM 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE,</b> )			Jabłko 1 szt 1 szt						

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
2024-08-25 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. 3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw. 3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw. 3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
		PN	Banan 1szt. 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ.</b> )	Banan 1szt. 1 szt		
			Wartość energetyczna: 2346.25 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 31.27 g; Węglowodany ogółem: 322.19 g; W tym cukry: 102.90 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 1847.39 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 58.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 243.73 g; W tym cukry: 84.75 g; Błonnik pok.: 20.34 g; Sól: 4.87 g;	Wartość energetyczna: 2381.23 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 334.99 g; W tym cukry: 111.93 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2380.74 kcal; Białko ogółem: 114.90 g; Tłuszcz: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 334.87 g; W tym cukry: 111.85 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2373.35 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 348.56 g; W tym cukry: 119.82 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 1944.86 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 67.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 247.66 g; W tym cukry: 47.29 g; Błonnik pok.: 37.29 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2337.67 kcal; Białko ogółem: 56.90 g; Tłuszcz: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 411.42 g; W tym cukry: 117.89 g; Błonnik pok.: 39.62 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2479.40 kcal; Białko ogółem: 127.96 g; Tłuszcz: 74.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 339.87 g; W tym cukry: 113.61 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 7.47 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
2024-08-26, poniedziałek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )				
2024-08-26, poniedziałek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowy naturalny 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 200 g Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowy naturalny 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż (brązowy) z jabłkami 350 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowy naturalny 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Sos jogurtowy naturalny 150 g ( <b>MLE.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowy naturalny 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowy naturalny 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-26 poniedziałek	PD	Chrupki kukurydziane 20 g				Wafle ryżowe 30 g				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 1 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 1 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 1 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 1 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 1 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Papka Ob () 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 1 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 130 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 1 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ,</u> )
PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <u>SOJ,</u> )		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Wartość energetyczna: 2033.96 kcal; Białko ogółem: 70.30 g; Tłuszcz: 46.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 344.99 g; W tym cukry: 71.43 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 1357.28 kcal; Białko ogółem: 53.81 g; Tłuszcz: 31.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.16 g; Węglowodany ogółem: 223.11 g; W tym cukry: 39.54 g; Błonnik pok.: 13.60 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2072.35 kcal; Białko ogółem: 73.89 g; Tłuszcz: 47.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 348.06 g; W tym cukry: 73.77 g; Błonnik pok.: 17.99 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2071.38 kcal; Białko ogółem: 73.85 g; Tłuszcz: 47.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 347.84 g; W tym cukry: 73.62 g; Błonnik pok.: 17.94 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 1990.58 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz: 38.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.34 g; Węglowodany ogółem: 347.66 g; W tym cukry: 73.47 g; Błonnik pok.: 17.94 g; Sól: 7.00 g;	Wartość energetyczna: 1921.57 kcal; Białko ogółem: 65.71 g; Tłuszcz: 43.41 g; Kw. tł. nasy.: 13.92 g; Węglowodany ogółem: 331.22 g; W tym cukry: 41.25 g; Błonnik pok.: 40.89 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2091.08 kcal; Białko ogółem: 57.78 g; Tłuszcz: 56.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 348.76 g; W tym cukry: 52.88 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2050.67 kcal; Białko ogółem: 84.06 g; Tłuszcz: 54.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 311.92 g; W tym cukry: 65.99 g; Błonnik pok.: 13.08 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 1994.35 kcal; Białko ogółem: 66.69 g; Tłuszcz: 45.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 338.86 g; W tym cukry: 65.37 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 6.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-27 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10g 1 szt Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 60 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 60 g	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )				
	Obiad	Jarzynowa z zacierką ( )-podstawa 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 80 g Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 100 g Marchew oprószana z olejem ( ) 160 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) ( )* 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ( )-podstawa 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 140 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Papka Ob ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 140 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 140 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kluski leniwe z serem* 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-27 wtorek	PD		Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE,</b> )				Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka wiosenna () 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Sałatka wiosenna - diety 50 g Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka wiosenna () 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	PN		Nektarynka 1 szt 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE,</b> )		Nektarynka 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2169.60 kcal; Białko ogółem: 82.34 g; Tłuszcz: 80.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 292.84 g; W tym cukry: 76.82 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 1628.12 kcal; Białko ogółem: 72.61 g; Tłuszcz: 61.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 205.20 g; W tym cukry: 50.11 g; Błonnik pok.: 18.85 g; Sól: 4.84 g;	Wartość energetyczna: 2202.76 kcal; Białko ogółem: 86.54 g; Tłuszcz: 77.92 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 301.15 g; W tym cukry: 78.80 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2186.29 kcal; Białko ogółem: 86.74 g; Tłuszcz: 74.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 304.86 g; W tym cukry: 78.80 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2090.62 kcal; Białko ogółem: 86.00 g; Tłuszcz: 64.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.60 g; Węglowodany ogółem: 303.89 g; W tym cukry: 78.22 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2032.16 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 77.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 264.40 g; W tym cukry: 36.52 g; Błonnik pok.: 36.92 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2079.16 kcal; Białko ogółem: 60.94 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.50 g; Węglowodany ogółem: 321.24 g; W tym cukry: 75.90 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2442.05 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 94.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 301.97 g; W tym cukry: 79.05 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2239.33 kcal; Białko ogółem: 70.33 g; Tłuszcz: 80.23 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 316.30 g; W tym cukry: 63.51 g; Błonnik pok.: 22.97 g; Sól: 6.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwopryswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	
2024-08-28 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 30 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 60 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 130 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g				Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				
2024-08-28 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g ( <b>MLE, SOZ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 120 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 160 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g ( <b>MLE, SOZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 140 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		PD	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )				Jabłko 1 szt 1 szt				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-28 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Ogórek świeży 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Ogórek świeży 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
	PN	Banan 1szt. 1 szt						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> )	Banan 1szt. 1 szt		
			Wartość energetyczna: 2522.91 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 80.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 375.77 g; W tym cukry: 102.70 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 1712.13 kcal; Białko ogółem: 72.18 g; Tłuszcz: 44.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.70 g; Węglowodany ogółem: 263.35 g; W tym cukry: 64.71 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2419.62 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 372.31 g; W tym cukry: 94.45 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2315.54 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 360.31 g; W tym cukry: 92.98 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 2496.55 kcal; Białko ogółem: 99.58 g; Tłuszcz: 58.01 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 408.36 g; W tym cukry: 97.09 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2164.84 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 69.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 313.35 g; W tym cukry: 47.27 g; Błonnik pok.: 44.53 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2492.66 kcal; Białko ogółem: 70.82 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 415.41 g; W tym cukry: 78.14 g; Błonnik pok.: 30.91 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2576.22 kcal; Białko ogółem: 112.67 g; Tłuszcz: 71.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 382.18 g; W tym cukry: 94.53 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 5.96 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-29 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 30 g ( <b>SEJ.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 30 g ( <b>SEJ.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 10 g Słupki z warzyw () 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Arbuz 150 g				Arbuz 150 g				
2024-08-29 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta () 250 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 160 g	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
PD		Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ.</b> )				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ., GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ., SOJ., MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ., SOJ., MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ., SOJ., MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ., SOJ., MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ., SOJ., MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ., GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ., SOJ., MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ., JAJ., MLE., SEL.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ., GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 80 g ( <b>GLU PSZ., SOJ., MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ., SOJ., MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ., GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ., SOJ., MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.</b> )
PN	Arbuz 150 g	Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ., SOJ., MLE.</b> )	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ., GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g
	Wartość energetyczna: 2218.62 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 66.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 331.78 g; W tym cukry: 82.05 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 1785.46 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 55.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 251.35 g; W tym cukry: 48.82 g; Błonnik pok.: 13.08 g; Sól: 5.88 g;	Wartość energetyczna: 2197.64 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 332.11 g; W tym cukry: 80.93 g; Błonnik pok.: 16.68 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2196.66 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 331.89 g; W tym cukry: 80.77 g; Błonnik pok.: 16.63 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2115.86 kcal; Białko ogółem: 89.31 g; Tłuszcz: 50.48 g; Kw. tł. nasy.: 14.67 g; Węglowodany ogółem: 331.71 g; W tym cukry: 80.62 g; Błonnik pok.: 16.63 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 1993.77 kcal; Białko ogółem: 81.60 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; Węglowodany ogółem: 296.10 g; W tym cukry: 52.79 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2014.69 kcal; Białko ogółem: 62.31 g; Tłuszcz: 48.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 339.09 g; W tym cukry: 63.57 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2253.71 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 60.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 334.45 g; W tym cukry: 80.93 g; Błonnik pok.: 16.68 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2049.15 kcal; Białko ogółem: 82.10 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 304.00 g; W tym cukry: 55.65 g; Błonnik pok.: 18.75 g; Sól: 8.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-30 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Powidła śliwkowe 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 250 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Pomidor b/skórki 40 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Chrupki kukurydziane 20 g				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				
2024-08-30 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</b> ) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB. JAJ. RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml ( <b>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku () 160 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL. GLU JĘCZ.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</b> )	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 140 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-30 piątek Kolacja PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Papka Ob () 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )
		Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE,</u> )		Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	
		Wartość energetyczna: 2253.01 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 71.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 324.01 g; W tym cukry: 72.34 g; Błonnik pok.: 27.27 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 1520.12 kcal; Białko ogółem: 77.05 g; Tłuszcz: 41.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.80 g; Węglowodany ogółem: 216.70 g; W tym cukry: 46.45 g; Błonnik pok.: 17.83 g; Sól: 3.09 g;	Wartość energetyczna: 2129.27 kcal; Białko ogółem: 95.96 g; Tłuszcz: 58.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 315.54 g; W tym cukry: 76.22 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2167.12 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 316.03 g; W tym cukry: 76.06 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2071.45 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 52.58 g; Kw. tł. nasy.: 15.26 g; Węglowodany ogółem: 315.06 g; W tym cukry: 75.49 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 1837.99 kcal; Białko ogółem: 88.33 g; Tłuszcz: 56.12 g; Kw. tł. nasy.: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 263.87 g; W tym cukry: 50.32 g; Błonnik pok.: 38.76 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2032.76 kcal; Białko ogółem: 68.44 g; Tłuszcz: 57.50 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 322.82 g; W tym cukry: 64.93 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2264.03 kcal; Białko ogółem: 115.81 g; Tłuszcz: 63.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 317.08 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 4.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-31 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Kiełbasa Śląska wieprzowa średnio rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce jadalnej 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Musztarda 20 g ( <b>GOR.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )			
		Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka drobiowa () 80 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka drobiowa () 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka drobiowa () 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka drobiowa () 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka drobiowa () 80 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka drobiowa () 160 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD	Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-08-31 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 75 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt	Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE.</b> )		Jabłko 1 szt 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2285.40 kcal; Białko ogółem: 65.75 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 330.34 g; W tym cukry: 76.50 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 10.51 g;	Wartość energetyczna: 1570.41 kcal; Białko ogółem: 61.50 g; Tłuszcz: 50.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 226.34 g; W tym cukry: 50.97 g; Błonnik pok.: 18.51 g; Sól: 5.17 g;	Wartość energetyczna: 2230.55 kcal; Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 340.31 g; W tym cukry: 81.86 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2230.06 kcal; Białko ogółem: 78.70 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 340.20 g; W tym cukry: 81.79 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2149.26 kcal; Białko ogółem: 78.53 g; Tłuszcz: 58.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.61 g; Węglowodany ogółem: 340.02 g; W tym cukry: 81.64 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 1927.53 kcal; Białko ogółem: 72.61 g; Tłuszcz: 58.67 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 296.01 g; W tym cukry: 47.86 g; Błonnik pok.: 47.85 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2212.90 kcal; Białko ogółem: 52.64 g; Tłuszcz: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 381.62 g; W tym cukry: 64.76 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2348.78 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 343.66 g; W tym cukry: 82.34 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2115.55 kcal; Białko ogółem: 72.52 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 319.36 g; W tym cukry: 64.91 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 7.81 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-09-01 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 250 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 70 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 75 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a la homogenizowany z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 130 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )				
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 80 g Sos własny () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 100 g Marchew gotowana z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kopytka ziemniaczane * 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 140 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi ukraińskie * 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-09-01 niedziela Kolejność	PD	Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> )				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )				
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Kalarepa 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Kalarepa 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Papka Ob () 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 100 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
		Ciasto drożdżowe 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> )		Ciasto drożdżowe 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )		

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW**

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL
2024-09-01 niedziela	Wartość energetyczna: 2560.75 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 84.55 g; Kw. tł. nasy.: 31.68 g; Węglowodany ogółem: 365.20 g; W tym cukry: 84.45 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 1922.40 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 56.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 267.76 g; W tym cukry: 62.36 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2412.75 kcal; Białko ogółem: 110.30 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; Węglowodany ogółem: 349.07 g; W tym cukry: 81.00 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2472.59 kcal; Białko ogółem: 108.21 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 358.10 g; W tym cukry: 90.37 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2376.91 kcal; Białko ogółem: 107.47 g; Tłuszcz: 62.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.29 g; Węglowodany ogółem: 357.12 g; W tym cukry: 89.79 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 1937.58 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 52.54 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 283.20 g; W tym cukry: 62.42 g; Błonnik pok.: 39.38 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2496.52 kcal; Białko ogółem: 63.30 g; Tłuszcz: 77.99 g; Kw. tł. nasy.: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 395.31 g; W tym cukry: 71.48 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2645.04 kcal; Białko ogółem: 136.60 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 354.04 g; W tym cukry: 85.49 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2148.49 kcal; Białko ogółem: 68.69 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.64 g; Węglowodany ogółem: 316.98 g; W tym cukry: 88.19 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 6.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-19 poniedziałek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Sos koperkowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona z kefirem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Sałata zielona z kefirem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sałata zielona z kefirem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sałata zielona z kefirem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem () 100 g	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Kotlety ziemniaczane () 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałata zielona z kefirem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-19 poniedziałek	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
			Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 1866.53 kcal; Białko ogółem: 70.55 g; Tłuszcz: 50.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 291.92 g; W tym cukry: 75.53 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 1799.44 kcal; Białko ogółem: 51.10 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 281.44 g; W tym cukry: 71.09 g; Błonnik pok.: 18.70 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 1919.94 kcal; Białko ogółem: 50.71 g; Tłuszcz: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 7.70 g; Węglowodany ogółem: 332.18 g; W tym cukry: 71.50 g; Błonnik pok.: 37.07 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 1995.00 kcal; Białko ogółem: 75.42 g; Tłuszcz: 56.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 307.07 g; W tym cukry: 82.67 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2078.17 kcal; Białko ogółem: 75.72 g; Tłuszcz: 70.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.96 g; Węglowodany ogółem: 300.79 g; W tym cukry: 81.80 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 567.24 kcal; Białko ogółem: 17.24 g; Tłuszcz: 9.97 g; Kw. tł. nasy.: 4.64 g; Węglowodany ogółem: 106.26 g; W tym cukry: 42.77 g; Błonnik pok.: 8.21 g; Sól: 1.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-20 wtorek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Hummus 60 g ( <b>SEZ.</b> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN				Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			
2024-08-20 wtorek	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* (bez glutenu)* 100 ml Makaron bezglutenowy 200 g Dynia z wody 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 250 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> )	Solferino (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> )



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-20 wtorek	PD							Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g			
	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLUPSZ. GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Rukola 10 g Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	
	PN		Wafle ryżowe 30 g	Chrupki kukurydziane 20 g			Wafle ryżowe 30 g			Chrupki kukurydziane 20 g	
		Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2393.38 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 55.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 379.00 g; W tym cukry: 67.84 g; Błonnik pok.: 19.28 g; Sól: 3.58 g;	Wartość energetyczna: 2028.26 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz: 61.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 296.31 g; W tym cukry: 57.40 g; Błonnik pok.: 16.58 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 2128.05 kcal; Białko ogółem: 88.45 g; Tłuszcz: 44.23 g; Kw. tł. nasy.: 11.21 g; Węglowodany ogółem: 351.57 g; W tym cukry: 47.13 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2505.18 kcal; Białko ogółem: 108.03 g; Tłuszcz: 62.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 381.27 g; W tym cukry: 78.75 g; Błonnik pok.: 20.63 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2168.33 kcal; Białko ogółem: 62.36 g; Tłuszcz: 49.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 380.87 g; W tym cukry: 69.63 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 623.75 kcal; Białko ogółem: 19.03 g; Tłuszcz: 9.54 g; Kw. tł. nasy.: 4.52 g; Węglowodany ogółem: 118.81 g; W tym cukry: 45.63 g; Błonnik pok.: 7.60 g; Sól: 1.29 g;	Wartość energetyczna: 1977.08 kcal; Białko ogółem: 49.18 g; Tłuszcz: 48.79 g; Kw. tł. nasy.: 6.69 g; Węglowodany ogółem: 348.13 g; W tym cukry: 52.45 g; Błonnik pok.: 32.96 g; Sól: 7.24 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-21 środa	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 40 g Sałatka wiosenna - diety 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka wiosenna () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Sałatka wiosenna () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		
	II ŚN						Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )				
2024-08-21 środa	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Buraczki oprószane () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Buraczki oprószane () (bez glutenu) 200 g	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Buraczki oprószane () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Buraczki oprószane () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej - dieta (pieczone) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mizeria 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej . 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU JĘCZ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mizeria 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD						Chrupki kukurydziane 20 g				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-21 środa	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z ciecierzycy () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN			Brzoskwinia 1 szt 1 szt				Brzoskwinia 1 szt 1 szt			Brzoskwinia 1 szt 1 szt
			Wartość energetyczna: 683.19 kcal; Białko ogółem: 18.29 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Błonnik pok.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2072.51 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 330.65 g; W tym cukry: 95.98 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 1922.94 kcal; Białko ogółem: 70.94 g; Tłuszcz: 52.11 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 298.09 g; W tym cukry: 73.02 g; Błonnik pok.: 17.94 g; Sól: 4.04 g;	Wartość energetyczna: 1882.75 kcal; Białko ogółem: 64.14 g; Tłuszcz: 33.11 g; Kw. tł. nasy.: 6.75 g; Węglowodany ogółem: 345.34 g; W tym cukry: 79.38 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2342.96 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 63.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 359.05 g; W tym cukry: 100.61 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2038.23 kcal; Białko ogółem: 64.62 g; Tłuszcz: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 319.74 g; W tym cukry: 71.17 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 571.08 kcal; Białko ogółem: 17.60 g; Tłuszcz: 9.98 g; Kw. tł. nasy.: 4.67 g; Węglowodany ogółem: 106.26 g; W tym cukry: 41.66 g; Błonnik pok.: 6.97 g; Sól: 1.24 g;	Wartość energetyczna: 1950.77 kcal; Białko ogółem: 47.67 g; Tłuszcz: 45.93 g; Kw. tł. nasy.: 6.68 g; Węglowodany ogółem: 349.45 g; W tym cukry: 73.28 g; Błonnik pok.: 38.07 g; Sól: 6.32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-22 czwartek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN					Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			
		Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Sałata zielona z olejem 50 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Sałata zielona z olejem 50 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Sałata zielona z olejem 50 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Sałata zielona z olejem 50 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.</b> ) Ryż na sypko 200 g Leczo wegetariańskie 150 g Sałata zielona z sosem vinegrett 50 g ( <b>GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PD						Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-22 czwartek	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g ( <b>SEL,</b> ) Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	PN		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt				Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt			Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt
			Wartość energetyczna: 683.19 kcal; Białko ogółem: 18.29 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Błonnik pok.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2262.85 kcal; Białko ogółem: 78.55 g; Tłuszcz: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 350.45 g; W tym cukry: 79.62 g; Błonnik pok.: 19.09 g; Sól: 3.83 g;	Wartość energetyczna: 2112.54 kcal; Białko ogółem: 58.68 g; Tłuszcz: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 327.86 g; W tym cukry: 76.52 g; Błonnik pok.: 15.74 g; Sól: 3.18 g;	Wartość energetyczna: 2006.47 kcal; Białko ogółem: 56.17 g; Tłuszcz: 47.35 g; Kw. tł. nasy.: 8.13 g; Węglowodany ogółem: 350.58 g; W tym cukry: 59.46 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2456.22 kcal; Białko ogółem: 82.37 g; Tłuszcz: 73.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 375.06 g; W tym cukry: 88.14 g; Błonnik pok.: 19.61 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2178.59 kcal; Białko ogółem: 64.51 g; Tłuszcz: 63.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 346.01 g; W tym cukry: 79.61 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 669.87 kcal; Białko ogółem: 20.63 g; Tłuszcz: 9.90 g; Kw. tł. nasy.: 4.62 g; Węglowodany ogółem: 128.46 g; W tym cukry: 43.25 g; Błonnik pok.: 7.90 g; Sól: 1.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-23 piątek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 40 g Śliwka szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Śliwka szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Śliwka szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
		II ŚN					Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )			
2024-08-23 piątek	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ryżem (bez glutenu) ( ) 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 250 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem (bez mleka) ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 250 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kotlety z soczewicy ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem ( ) 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kotlety z soczewicy ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD					Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-23 piątek	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta warzywna* 80 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN		Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Wafle ryżowe 30 g			Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> )	Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )		Wafle ryżowe 30 g
			Wartość energetyczna: 683.19 kcal; Białko ogółem: 18.29 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Błonnik pok.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2169.65 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 314.24 g; W tym cukry: 92.98 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2101.55 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 310.95 g; W tym cukry: 80.50 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 3.26 g;	Wartość energetyczna: 1972.79 kcal; Białko ogółem: 74.70 g; Tłuszcz: 43.03 g; Kw. tł. nasy.: 7.67 g; Węglowodany ogółem: 336.55 g; W tym cukry: 70.20 g; Błonnik pok.: 34.08 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2379.85 kcal; Białko ogółem: 103.58 g; Tłuszcz: 74.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 337.62 g; W tym cukry: 98.21 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2213.03 kcal; Białko ogółem: 67.14 g; Tłuszcz: 74.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 332.66 g; W tym cukry: 83.68 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 572.77 kcal; Białko ogółem: 17.87 g; Tłuszcz: 9.93 g; Kw. tł. nasy.: 4.67 g; Węglowodany ogółem: 106.95 g; W tym cukry: 43.95 g; Błonnik pok.: 7.91 g; Sól: 1.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-24 sobota	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna duża krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ</b> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ</b> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna duża krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połudwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Hummus 60 g ( <b>SEZ</b> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Hummus 60 g ( <b>SEZ</b> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN					Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g Ryż na sypko 250 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 130 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-24 sobota	PD							Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 20 g ( <b>MLE.</b> )			
	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 60 g Rukola 10 g	
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <b>MLE.</b> )			Jabłko 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 683.19 kcal; Białko ogółem: 18.29 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Błonnik pok.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2354.39 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 77.44 g; Kw. tł. nasy.: 33.54 g; Węglowodany ogółem: 331.16 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 2349.20 kcal; Białko ogółem: 71.42 g; Tłuszcz: 84.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.09 g; Węglowodany ogółem: 333.19 g; W tym cukry: 71.39 g; Błonnik pok.: 20.46 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 2134.68 kcal; Białko ogółem: 71.49 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 12.28 g; Węglowodany ogółem: 357.60 g; W tym cukry: 65.91 g; Błonnik pok.: 35.78 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2549.17 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 77.45 g; Kw. tł. nasy.: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 377.90 g; W tym cukry: 102.03 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2261.88 kcal; Białko ogółem: 63.94 g; Tłuszcz: 79.92 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 332.86 g; W tym cukry: 73.84 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 617.78 kcal; Białko ogółem: 18.00 g; Tłuszcz: 9.31 g; Kw. tł. nasy.: 4.48 g; Węglowodany ogółem: 120.65 g; W tym cukry: 44.56 g; Błonnik pok.: 10.32 g; Sól: 1.08 g;	Wartość energetyczna: 2145.13 kcal; Białko ogółem: 53.85 g; Tłuszcz: 55.02 g; Kw. tł. nasy.: 7.21 g; Węglowodany ogółem: 373.93 g; W tym cukry: 64.85 g; Błonnik pok.: 39.02 g; Sól: 8.42 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-25 niedziela	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 40 g Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko 150 g	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN					Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ,</b> )		
		Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 250 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 250 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE,</b> )			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-25 niedziela	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka konserwowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka konserwowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka konserwowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Hummus 60 g ( <u>SEZ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	
	PN			Banan 1szt. 1 szt				Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt
			Wartość energetyczna: 683.19 kcal; Białko ogółem: 18.29 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Błonnik pok.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2279.72 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 331.71 g; W tym cukry: 115.13 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 4.74 g;	Wartość energetyczna: 2264.06 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 72.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 315.80 g; W tym cukry: 96.18 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2121.74 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 48.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.03 g; Węglowodany ogółem: 347.08 g; W tym cukry: 96.16 g; Błonnik pok.: 29.96 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2626.43 kcal; Białko ogółem: 123.54 g; Tłuszcz: 80.28 g; Kw. tł. nasy.: 35.30 g; Węglowodany ogółem: 366.48 g; W tym cukry: 117.82 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2275.43 kcal; Białko ogółem: 81.31 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 348.35 g; W tym cukry: 103.43 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 628.02 kcal; Białko ogółem: 23.59 g; Tłuszcz: 13.31 g; Kw. tł. nasy.: 5.67 g; Węglowodany ogółem: 107.19 g; W tym cukry: 41.98 g; Błonnik pok.: 7.38 g; Sól: 1.29 g;	Wartość energetyczna: 2034.28 kcal; Białko ogółem: 52.97 g; Tłuszcz: 46.50 g; Kw. tł. nasy.: 6.82 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; W tym cukry: 84.42 g; Błonnik pok.: 33.75 g; Sól: 6.69 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Vegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-26 poniedziałek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN					Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		
2024-08-26 poniedziałek	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowy naturalny 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowy naturalny 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Risotto wegetariańskie z tofu* 300 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowy naturalny 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Risotto wegetariańskie z tofu* 300 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-26 poniedziałek	PD							Chrupki kukurydziane 20 g			
	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 1 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 1 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 1 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 1 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 1 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta warzywna () 80 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt						Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
		Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2071.98 kcal; Białko ogółem: 73.90 g; Tłuszcz: 46.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; Węglowodany ogółem: 347.87 g; W tym cukry: 73.23 g; Błonnik pok.: 17.64 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 1978.91 kcal; Białko ogółem: 51.59 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 318.52 g; W tym cukry: 63.07 g; Błonnik pok.: 14.28 g; Sól: 4.54 g;	Wartość energetyczna: 1749.01 kcal; Białko ogółem: 55.36 g; Tłuszcz: 41.13 g; Kw. tł. nasy.: 8.50 g; Węglowodany ogółem: 301.29 g; W tym cukry: 52.44 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 10.42 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2209.49 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz: 50.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 373.74 g; W tym cukry: 76.79 g; Błonnik pok.: 19.73 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2001.15 kcal; Białko ogółem: 72.96 g; Tłuszcz: 40.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 346.28 g; W tym cukry: 72.75 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 583.88 kcal; Białko ogółem: 21.92 g; Tłuszcz: 2.68 g; Kw. tł. nasy.: 0.55 g; Węglowodany ogółem: 122.52 g; W tym cukry: 42.99 g; Błonnik pok.: 8.59 g; Sól: 1.67 g;	Wartość energetyczna: 1909.61 kcal; Białko ogółem: 56.77 g; Tłuszcz: 40.67 g; Kw. tł. nasy.: 5.86 g; Węglowodany ogółem: 348.14 g; W tym cukry: 59.62 g; Błonnik pok.: 39.42 g; Sól: 8.61 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-27 wtorek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konsjerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w ostrońce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <u>MLE.</u> ) Hummus 60 g ( <u>SEZ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g ( <u>SEZ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN					Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> )			
2024-08-27 wtorek	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml ( <u>MLE.</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) ()* 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kluski leniwe z serem* 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kotlety ziemniaczane () 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-27 wtorek	PD							Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE,</b> )			
	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka wiosenna () 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka wiosenna () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka wiosenna () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka wiosenna - diety 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałatka wiosenna () 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Sałatka wiosenna () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN		Nektarynka 1 szt 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Nektarynka 1 szt 1 szt			Nektarynka 1 szt 1 szt		Chrupki kukurydziane 20 g	
		Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2110.47 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 302.98 g; W tym cukry: 80.49 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 5.28 g;	Wartość energetyczna: 2003.69 kcal; Białko ogółem: 64.80 g; Tłuszcz: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 293.69 g; W tym cukry: 61.35 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sól: 4.49 g;	Wartość energetyczna: 1888.55 kcal; Białko ogółem: 72.36 g; Tłuszcz: 43.36 g; Kw. tł. nasy.: 8.29 g; Węglowodany ogółem: 317.46 g; W tym cukry: 61.49 g; Błonnik pok.: 31.25 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2438.96 kcal; Białko ogółem: 95.70 g; Tłuszcz: 85.90 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 333.24 g; W tym cukry: 85.33 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2378.00 kcal; Białko ogółem: 70.63 g; Tłuszcz: 88.27 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 330.38 g; W tym cukry: 73.88 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 581.59 kcal; Białko ogółem: 18.59 g; Tłuszcz: 10.37 g; Kw. tł. nasy.: 4.73 g; Węglowodany ogółem: 107.64 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 8.20 g; Sól: 1.70 g;	Wartość energetyczna: 2158.51 kcal; Białko ogółem: 48.89 g; Tłuszcz: 62.65 g; Kw. tł. nasy.: 7.54 g; Węglowodany ogółem: 361.65 g; W tym cukry: 54.46 g; Błonnik pok.: 33.44 g; Sól: 8.27 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-28 środa	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN					Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			
2024-08-28 środa	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy mm (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ,</b> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml ( <b>SEL,</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 160 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g ( <b>SEL, GLU JĘCZ,</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g ( <b>SEL, GLU JĘCZ,</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD					Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-28 środa	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Ogórek świeży 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek świeży 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek świeży 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 60 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek świeży 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta warzywna () 60 g ( <b>SEL.</b> ) Ogórek świeży 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
	PN		Banan 1szt. 1 szt				Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt
			Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2371.61 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 57.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 386.23 g; W tym cukry: 108.71 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 2346.66 kcal; Białko ogółem: 78.11 g; Tłuszcz: 78.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 338.47 g; W tym cukry: 91.42 g; Błonnik pok.: 17.89 g; Sól: 3.19 g;	Wartość energetyczna: 2186.51 kcal; Białko ogółem: 76.02 g; Tłuszcz: 49.79 g; Kw. tł. nasy.: 13.03 g; Węglowodany ogółem: 372.95 g; W tym cukry: 76.40 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2502.05 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 395.47 g; W tym cukry: 96.70 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2234.56 kcal; Białko ogółem: 67.67 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 348.12 g; W tym cukry: 96.11 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 639.27 kcal; Białko ogółem: 19.44 g; Tłuszcz: 10.92 g; Kw. tł. nasy.: 4.76 g; Węglowodany ogółem: 120.18 g; W tym cukry: 43.39 g; Błonnik pok.: 8.85 g; Sól: 1.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-29 czwartek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z fasoli () 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						Arbuz 150 g			
2024-08-29 czwartek	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>MLE PSZ, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-29 czwartek	PD						Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ.</b> )				
	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	
	PN	Arbuz 150 g					Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. MLE.</b> )	Arbuz 150 g		Arbuz 150 g	
		Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2030.75 kcal; Białko ogółem: 75.77 g; Tłuszcz: 46.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 334.36 g; W tym cukry: 81.24 g; Błonnik pok.: 17.81 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2123.40 kcal; Białko ogółem: 66.67 g; Tłuszcz: 69.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 310.11 g; W tym cukry: 75.31 g; Błonnik pok.: 14.28 g; Sól: 4.33 g;	Wartość energetyczna: 2024.50 kcal; Białko ogółem: 72.27 g; Tłuszcz: 45.92 g; Kw. tł. nasy.: 10.71 g; Węglowodany ogółem: 338.88 g; W tym cukry: 64.98 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2516.12 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 76.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 367.79 g; W tym cukry: 81.32 g; Błonnik pok.: 17.22 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2124.22 kcal; Białko ogółem: 69.66 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 349.21 g; W tym cukry: 82.55 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 603.10 kcal; Białko ogółem: 18.30 g; Tłuszcz: 9.39 g; Kw. tł. nasy.: 4.47 g; Węglowodany ogółem: 115.02 g; W tym cukry: 43.04 g; Błonnik pok.: 7.54 g; Sól: 1.30 g;	Wartość energetyczna: 2034.22 kcal; Białko ogółem: 61.20 g; Tłuszcz: 33.86 g; Kw. tł. nasy.: 5.31 g; Węglowodany ogółem: 386.18 g; W tym cukry: 68.40 g; Błonnik pok.: 37.90 g; Sól: 6.44 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-30 piątek	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 20 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						Chrupki kukurydziane 20 g			
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Kotlety z soczewicy () 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Kotlety z soczewicy () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-08-30 piątek	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g ( <b>SEL,</b> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN		Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Wafle ryżowe 30 g				Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )			Wafle ryżowe 30 g
			Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2139.66 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 58.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 317.57 g; W tym cukry: 77.67 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 4.65 g;	Wartość energetyczna: 2075.89 kcal; Białko ogółem: 74.73 g; Tłuszcz: 61.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 311.49 g; W tym cukry: 73.81 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 3.19 g;	Wartość energetyczna: 1951.21 kcal; Białko ogółem: 75.70 g; Tłuszcz: 37.19 g; Kw. tł. nasy.: 7.28 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; W tym cukry: 67.04 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2291.87 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 61.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 345.32 g; W tym cukry: 81.72 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.77 g;	Wartość energetyczna: 2239.66 kcal; Białko ogółem: 69.07 g; Tłuszcz: 72.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.60 g; Węglowodany ogółem: 340.26 g; W tym cukry: 73.68 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 612.62 kcal; Białko ogółem: 18.80 g; Tłuszcz: 10.24 g; Kw. tł. nasy.: 4.69 g; Węglowodany ogółem: 114.89 g; W tym cukry: 42.05 g; Błonnik pok.: 7.00 g; Sól: 1.27 g;	Wartość energetyczna: 2324.53 kcal; Białko ogółem: 62.74 g; Tłuszcz: 59.68 g; Kw. tł. nasy.: 6.94 g; Węglowodany ogółem: 397.10 g; W tym cukry: 67.16 g; Błonnik pok.: 41.78 g; Sól: 6.43 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-31 sobota	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )			
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Potrawka drobiowa () 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Potrawka drobiowa () (bez glutenu) 130 g ( <b>SEL</b> ) Ryż na sypko 250 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Potrawka drobiowa () 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko 250 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Potrawka drobiowa () 130 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kotlet z fasoli i marchwi () 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kotlet z fasoli i marchwi () 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						Jabłko 1 szt 1 szt				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-08-31 sobota	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Hummus 60 g ( <b>SEZ</b> ) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g ( <b>SEZ</b> ) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt			Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
			Wartość energetyczna: 683.19 kcal; Białko ogółem: 18.29 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Błonnik pok.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2225.37 kcal; Białko ogółem: 78.74 g; Tłuszcz: 66.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; Węglowodany ogółem: 338.77 g; W tym cukry: 80.04 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 2134.03 kcal; Białko ogółem: 56.57 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 328.91 g; W tym cukry: 72.83 g; Błonnik pok.: 20.19 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 2071.19 kcal; Białko ogółem: 65.63 g; Tłuszcz: 48.17 g; Kw. tł. nasy.: 9.87 g; Węglowodany ogółem: 357.48 g; W tym cukry: 62.57 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2441.29 kcal; Białko ogółem: 86.03 g; Tłuszcz: 74.75 g; Kw. tł. nasy.: 31.09 g; Węglowodany ogółem: 368.29 g; W tym cukry: 85.91 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2501.85 kcal; Białko ogółem: 55.44 g; Tłuszcz: 83.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 391.77 g; W tym cukry: 80.07 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 621.86 kcal; Białko ogółem: 19.07 g; Tłuszcz: 10.92 g; Kw. tł. nasy.: 4.76 g; Węglowodany ogółem: 116.13 g; W tym cukry: 43.24 g; Błonnik pok.: 8.64 g; Sól: 1.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-09-01 niedziela	Śniadanie	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )			
	Obiad	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi ukraińskie * 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Ziemniaki młode gotowane () 250 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi ukraińskie * 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety ziemniaczane () 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-09-01 niedziela	PD							Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g ( <b>SOJ.</b> )			
	Kolacja	Suchary b/c 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 12,5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser topiony 60 g ( <b>MLE.</b> ) Kalarepa 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
	PN		Ciasto drożdżowe 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Ciasto drożdżowe 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	



*Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA LUBACZÓW*

		LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-09-01 niedziela		Wartość energetyczna: 684.07 kcal; Białko ogółem: 18.46 g; Tłuszcz: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; Węglowodany ogółem: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Błonnik pok.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	Wartość energetyczna: 2530.44 kcal; Białko ogółem: 75.53 g; Tłuszcz: 72.69 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 406.52 g; W tym cukry: 91.12 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 4.27 g;	Wartość energetyczna: 2026.54 kcal; Białko ogółem: 84.44 g; Tłuszcz: 50.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 314.13 g; W tym cukry: 71.84 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sól: 3.81 g;	Wartość energetyczna: 2003.75 kcal; Białko ogółem: 80.13 g; Tłuszcz: 26.19 g; Kw. tł. nasy.: 7.09 g; Węglowodany ogółem: 375.29 g; W tym cukry: 57.66 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 643.37 kcal; Białko ogółem: 13.39 g; Tłuszcz: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; Węglowodany ogółem: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	Wartość energetyczna: 2734.62 kcal; Białko ogółem: 122.63 g; Tłuszcz: 73.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 405.97 g; W tym cukry: 100.68 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2499.02 kcal; Białko ogółem: 80.24 g; Tłuszcz: 86.91 g; Kw. tł. nasy.: 42.27 g; Węglowodany ogółem: 359.90 g; W tym cukry: 84.39 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 602.73 kcal; Białko ogółem: 18.91 g; Tłuszcz: 10.36 g; Kw. tł. nasy.: 4.71 g; Węglowodany ogółem: 112.27 g; W tym cukry: 45.01 g; Błonnik pok.: 7.42 g; Sól: 1.28 g;	Wartość energetyczna: 2260.48 kcal; Białko ogółem: 57.62 g; Tłuszcz: 49.39 g; Kw. tł. nasy.: 6.25 g; Węglowodany ogółem: 412.65 g; W tym cukry: 64.77 g; Błonnik pok.: 40.19 g; Sól: 6.26 g;

## **Oznaczenia alergenów:**

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

## **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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