

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- WSZ Podstawowa	BIAŁ- WSZ Łatwo strawna	BIAŁ- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-04-27 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	
	Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II 350 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kieszonka z kurczaka z warzywami pieczona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kieszonka z kurczaka z warzywami pieczona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kieszonka z kurczaka z warzywami pieczona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Wafle ryżowe 20 g	Dren II 250 ml		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Paszтет z soczewicy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	PN					
	Wartość energetyczna: 2225.94 kcal; Białko ogółem: 85.77 g; Tłuszcz: 45.94 g; Kw. tł. nasy.: 9.77 g; Węglowodany ogółem: 390.16 g; W tym cukry: 46.35 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 2384.48 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz: 84.51 g; Kw. tł. nasy.: 31.14 g; Węglowodany ogółem: 327.82 g; W tym cukry: 36.18 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 10.82 g;	Wartość energetyczna: 2245.32 kcal; Białko ogółem: 90.31 g; Tłuszcz: 68.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 334.88 g; W tym cukry: 35.61 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 11.72 g;	Wartość energetyczna: 2325.15 kcal; Białko ogółem: 98.12 g; Tłuszcz: 72.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 341.25 g; W tym cukry: 40.57 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 13.22 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa
2026-04-28 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Krem z dyni * (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II 350 ml	Szpinakowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Dren II 250 ml			Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	
PN						
		Wartość energetyczna: 2147.98 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 43.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; Węglowodany ogółem: 372.39 g; W tym cukry: 51.19 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 2014.01 kcal; Białko ogółem: 88.00 g; Tłuszcz: 58.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; Węglowodany ogółem: 294.87 g; W tym cukry: 32.37 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2100.94 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 56.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 317.15 g; W tym cukry: 37.54 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2460.24 kcal; Białko ogółem: 105.63 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 382.60 g; W tym cukry: 69.59 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 11.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- WSZ Podstawowa	BIAŁ- WSZ Łatwo strawna	BIAŁ- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-04-29 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka z brokułu i pomidora -dieta BBCO 150 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szyńka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka z brokułu i pomidora -dieta BBCO 150 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szyńka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka z brokułu i pomidora -dieta BBCO 150 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szyńka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Krem marchwiowo-ziemniaczany BBCO (bez mleka) 350 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Buraczki gotowane z natką pietruszki 150 g	Dren II 350 ml	Pieczarkowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany BBCO 350 g (<u>MLE.</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Mus z jabłek () b/c 150 g	Dren II 250 ml			Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	PN					
	Wartość energetyczna: 2112.66 kcal; Białko ogółem: 74.48 g; Tłuszcz: 44.15 g; Kw. tł. nasy.: 10.64 g; Węglowodany ogółem: 382.62 g; W tym cukry: 50.83 g; Błonnik pok.: 34.06 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 2157.60 kcal; Białko ogółem: 96.86 g; Tłuszcz: 49.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; W tym cukry: 61.20 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2311.50 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 361.10 g; W tym cukry: 64.54 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2622.34 kcal; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 415.71 g; W tym cukry: 91.15 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 8.96 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- WSZ Podstawowa	BIAŁ- WSZ Łatwo strawna	BIAŁ- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-04-30 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek na słodko 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.</u>) Ogórek kiszony 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.</u>) Twarożek na słodko 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II 350 ml	Barszcz biały z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Rosół z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g		
	PD	Mus z jabłek () z/c 100 g	Dren II 250 ml			Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolaça	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JE CZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 75 g Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	
	PN						
		Wartość energetyczna: 2157.71 kcal; Białko ogółem: 80.36 g; Tłuszcz: 44.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.45 g; Węglowodany ogółem: 386.42 g; W tym cukry: 51.27 g; Błonnik pok.: 33.81 g; Sól: 11.76 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 1959.72 kcal; Białko ogółem: 80.83 g; Tłuszcz: 54.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 304.11 g; W tym cukry: 47.34 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 2085.32 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 58.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 318.90 g; W tym cukry: 47.03 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2193.52 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Tłuszcz: 69.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 305.22 g; W tym cukry: 67.60 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sól: 8.97 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- WSZ Podstawowa	BIAŁ- WSZ Łatwo strawna	BIAŁ- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-05-01	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 50 g (<u>RYB.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła* 20 g Pomidor 50 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II 350 ml	Grochowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml		
	PD	Wafle ryżowe 20 g	Dren II 250 ml				Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 50 g	
	PN						
		Wartość energetyczna: 2205.89 kcal; Białko ogółem: 82.37 g; Tłuszcz: 41.72 g; Kw. tł. nasy.: 9.19 g; Węglowodany ogółem: 396.88 g; W tym cukry: 60.46 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 2382.13 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 358.50 g; W tym cukry: 51.12 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2231.44 kcal; Białko ogółem: 96.05 g; Tłuszcz: 54.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 359.39 g; W tym cukry: 53.46 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2606.31 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 401.55 g; W tym cukry: 72.90 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sól: 9.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- W SZ Podstawowa	BIAL- W SZ Łatwo strawna	BIAL- W SZ Bogatobiałkowa
2026-05-02 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka meksykańska* 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II 350 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka Colesław 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Dren II 250 ml			Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Jabiko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Jabiko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
PN						
		Wartość energetyczna: 2194.21 kcal; Białko ogółem: 89.77 g; Tłuszcz: 49.54 g; Kw. tł. nasy.: 12.03 g; Węglowodany ogółem: 369.61 g; W tym cukry: 58.95 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 2259.96 kcal; Białko ogółem: 90.02 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 337.04 g; W tym cukry: 51.15 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sól: 11.43 g;	Wartość energetyczna: 2117.91 kcal; Białko ogółem: 95.78 g; Tłuszcz: 56.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 326.44 g; W tym cukry: 47.98 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sól: 11.69 g;	Wartość energetyczna: 2326.04 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 64.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.11 g; Węglowodany ogółem: 352.13 g; W tym cukry: 55.19 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 12.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- WSZ Podstawowa	BIAŁ- WSZ Łatwo strawna	BIAŁ- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 75 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 75 g		
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew pieczona 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II 350 ml	Kapuśniak z kapusty białej 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml		
	PD	Wafle ryżowe 30 g	Dren II 250 ml			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	
PN							
		Wartość energetyczna: 2178.50 kcal; Białko ogółem: 75.31 g; Tłuszcz: 43.51 g; Kw. tł. nasy.: 8.93 g; Węglowodany ogółem: 393.49 g; W tym cukry: 43.06 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 2142.25 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 296.99 g; W tym cukry: 30.32 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 9.36 g;	Wartość energetyczna: 2222.77 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 69.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 318.46 g; W tym cukry: 29.36 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2523.15 kcal; Białko ogółem: 108.50 g; Tłuszcz: 82.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 347.13 g; W tym cukry: 36.50 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 10.95 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- W SZ Podstawowa	BIAL- W SZ Łatwo strawna	BIAL- W SZ Bogatobiałkowa
2026-05-04 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II 350 ml	Jarzynowa z makaronem-podstawa 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU PSZ.</u>)	
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Dren II 250 ml			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
	PN					
		Wartość energetyczna: 2181.22 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz: 33.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.30 g; Węglowodany ogółem: 405.84 g; W tym cukry: 62.92 g; Błonnik pok.: 30.78 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 1998.11 kcal; Białko ogółem: 78.56 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 298.17 g; W tym cukry: 43.43 g; Błonnik pok.: 19.10 g; Sól: 9.12 g;	Wartość energetyczna: 1996.80 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 50.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; Węglowodany ogółem: 318.40 g; W tym cukry: 44.11 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2390.60 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 58.39 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 386.10 g; W tym cukry: 75.41 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 10.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-05-05 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szyunka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	
	Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II 350 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II 250 ml			Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	
PN						
	Wartość energetyczna: 2091.86 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 43.45 g; Kw. tł. nasy.: 10.44 g; Węglowodany ogółem: 375.28 g; W tym cukry: 54.94 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 2103.24 kcal; Białko ogółem: 82.30 g; Tłuszcz: 57.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 330.30 g; W tym cukry: 64.59 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2204.89 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 56.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.32 g; Węglowodany ogółem: 351.13 g; W tym cukry: 62.67 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2490.24 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 393.62 g; W tym cukry: 62.83 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 11.13 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-05-06 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkı wieprzowej pieczona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	II ŚN	Wafle ryżowe 30 g	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 30 g	
	Obiad	Krem z białych warzyw (b/mleka) 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II 350 ml	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Grzanki pszenne () 25 g (<u>GLU PSZ.</u>)		
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Dren II 250 ml				Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	
PN							
		Wartość energetyczna: 2271.60 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 52.57 g; Kw. tł. nasy.: 13.27 g; Węglowodany ogółem: 381.80 g; W tym cukry: 59.73 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 2259.17 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 332.79 g; W tym cukry: 46.70 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2296.37 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 342.88 g; W tym cukry: 49.16 g; Błonnik pok.: 32.88 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2558.17 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 81.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 371.07 g; W tym cukry: 58.59 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 11.04 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-05-07 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II 350 ml	Ogórkowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml		
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Dren II 250 ml			Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g		
PN							
		Wartość energetyczna: 2176.26 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 44.38 g; Kw. tł. nasy.: 10.62 g; Węglowodany ogółem: 384.86 g; W tym cukry: 66.57 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 2199.86 kcal; Białko ogółem: 94.97 g; Tłuszcz: 71.38 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 312.63 g; W tym cukry: 29.75 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2180.73 kcal; Białko ogółem: 96.95 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 330.24 g; W tym cukry: 28.80 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2378.73 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 366.39 g; W tym cukry: 66.00 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 8.76 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-05-08, piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Ryba faszzerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew pieczona 120 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dren II 350 ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Dren II 250 ml			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Płatki żytnie na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	PN					
	Wartość energetyczna: 2288.56 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 51.35 g; Kw. tł. nasy.: 11.14 g; Węglowodany ogółem: 376.47 g; W tym cukry: 36.44 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 2026.38 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 55.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 301.60 g; W tym cukry: 53.36 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2152.19 kcal; Białko ogółem: 99.76 g; Tłuszcz: 56.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.40 g; Węglowodany ogółem: 329.90 g; W tym cukry: 55.13 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2436.19 kcal; Białko ogółem: 108.06 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 386.20 g; W tym cukry: 99.83 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 8.25 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- WSZ Podstawowa	BIAŁ- WSZ Łatwo strawna	BIAŁ- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 15g saszetka 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II 350 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Wafle ryżowe 30 g	Dren II 250 ml		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Paszтет z fasoli* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Pasta z brokuła* 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	
PN						
	Wartość energetyczna: 2292.38 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 51.27 g; Kw. tł. nasy.: 12.53 g; Węglowodany ogółem: 393.88 g; W tym cukry: 51.88 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 2232.44 kcal; Białko ogółem: 92.20 g; Tłuszcz: 66.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; W tym cukry: 49.40 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2179.45 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 331.61 g; W tym cukry: 44.77 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 9.84 g;	Wartość energetyczna: 2325.50 kcal; Białko ogółem: 102.79 g; Tłuszcz: 65.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 350.90 g; W tym cukry: 58.27 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 10.60 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, może zawierać: RYB, MCK.</u>)	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Dren I 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ratatouille z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dren II 350 ml	Krupnik jęczmienny 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka Colesław 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab sous-vide 100 g Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ratatouille z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml		
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren II 250 ml			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku waniliinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		
	PN						
		Wartość energetyczna: 2494.53 kcal; Białko ogółem: 77.97 g; Tłuszcz: 89.52 g; Kw. tł. nasy.: 15.72 g; Węglowodany ogółem: 365.74 g; W tym cukry: 55.48 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 1739.24 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 157.15 g; W tym cukry: 11.26 g; Błonnik pok.: 14.04 g; Sól: 1.00 g;	Wartość energetyczna: 2080.60 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 305.46 g; W tym cukry: 50.70 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 9.12 g;	Wartość energetyczna: 2180.23 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 75.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 294.95 g; W tym cukry: 39.74 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 10.10 g;	Wartość energetyczna: 2420.30 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 84.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 322.56 g; W tym cukry: 46.21 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sól: 11.14 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- WSZ Z ogr.tl/Z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAL- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	
2026-04-27 poniedziałek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z białek z koperkiem 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kieszonka z kurczaka z warzywami pieczona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kieszonka z kurczaka z warzywami pieczona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na sytko 200 g Kieszonka z kurczaka z warzywami pieczona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kieszonka z kurczaka z warzywami pieczona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Blok drobiowo- wędlna dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Paszтет z soczewicy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Paszтет z soczewicy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Dżem 50 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g				
	Wartość energetyczna: 2438.92 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 380.89 g; W tym cukry: 81.14 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 10.30 g;	Wartość energetyczna: 2219.70 kcal; Białko ogółem: 85.24 g; Tłuszcz: 74.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 311.26 g; W tym cukry: 36.84 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 1568.14 kcal; Białko ogółem: 64.66 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 7.98 g; Węglowodany ogółem: 225.37 g; W tym cukry: 43.90 g; Błonnik pok.: 17.67 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 1934.31 kcal; Białko ogółem: 87.81 g; Tłuszcz: 43.01 g; Kw. tł. nasy.: 9.12 g; Węglowodany ogółem: 319.34 g; W tym cukry: 42.06 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sól: 11.68 g;	Wartość energetyczna: 2262.19 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.60 g; Węglowodany ogółem: 377.61 g; W tym cukry: 89.10 g; Błonnik pok.: 32.96 g; Sól: 9.75 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Z ogr.tl/Z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAL- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna
2026-04-28 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłej 50 g Suflet mięsno-jarzynowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem z dyni * (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem z dyni * (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Mus z jabłek () z/c 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt			Mus z jabłek () z/c 100 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)
PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 10 g				
		Wartość energetyczna: 2496.22 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 58.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; Węglowodany ogółem: 399.11 g; W tym cukry: 70.45 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 10.77 g;	Wartość energetyczna: 2022.45 kcal; Białko ogółem: 85.06 g; Tłuszcz: 62.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 290.30 g; W tym cukry: 39.25 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 11.27 g;	Wartość energetyczna: 1374.05 kcal; Białko ogółem: 68.23 g; Tłuszcz: 34.02 g; Kw. tł. nasy.: 7.86 g; Węglowodany ogółem: 208.98 g; W tym cukry: 61.22 g; Błonnik pok.: 19.60 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 1957.14 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 45.58 g; Kw. tł. nasy.: 12.07 g; Węglowodany ogółem: 315.35 g; W tym cukry: 37.10 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 12.23 g;	Wartość energetyczna: 2316.11 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Tłuszcz: 46.60 g; Kw. tł. nasy.: 14.08 g; Węglowodany ogółem: 389.83 g; W tym cukry: 88.21 g; Błonnik pok.: 30.12 g; Sól: 11.00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Z ogr.tl/z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAL- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna
2026-04-29 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Salatka z brokułu i pomidora - dieta BBCO 150 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT</u>) Salatka z brokułu i pomidora - dieta BBCO 150 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 100 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II śN	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 30 g	Koktajl bananowo-dyniowy b/c 200 ml (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g
	Obiad	Krem marchwiowo-ziemniaczany BBCO 350 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Buraczki po francusku z olejem 100 g Surówka z pora, jabłka i marchewki 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Buraczki po francusku z olejem 100 g Surówka z pora, jabłka i marchewki 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany BBCO (bez mleka) 350 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy*(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy*(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Mandarynka 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>)			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatką wieprzowej pieczona 50 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatką wieprzowej pieczona 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 50 g			
		Wartość energetyczna: 2453.10 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 390.56 g; W tym cukry: 70.13 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 9.68 g;	Wartość energetyczna: 2162.13 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 295.89 g; W tym cukry: 34.49 g; Błonnik pok.: 19.82 g; Sól: 10.75 g;	Wartość energetyczna: 1412.50 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 38.00 g; Kw. tł. nasy.: 12.90 g; Węglowodany ogółem: 191.11 g; W tym cukry: 55.64 g; Błonnik pok.: 16.82 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2221.26 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 12.56 g; Węglowodany ogółem: 358.33 g; W tym cukry: 27.90 g; Błonnik pok.: 33.77 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2536.47 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 46.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.59 g; Węglowodany ogółem: 448.70 g; W tym cukry: 87.48 g; Błonnik pok.: 36.08 g; Sól: 8.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- WSZ Z ogr.tl/z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAL- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoałergiczna	
2026-04-30 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW, ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.</u>) Ogórek kiszony 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW, ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW, ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Mus z jabłek () z/c 100 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 5 g	Jabłko 1 szt 1 szt		Mus z jabłek () z/c 100 g
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Rosół z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Mandarynka 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml
	Koleja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt
	PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g			
	Wartość energetyczna: 2309.59 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 376.34 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2033.00 kcal; Białko ogółem: 85.52 g; Tłuszcz: 62.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 289.56 g; W tym cukry: 30.61 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sól: 11.30 g;	Wartość energetyczna: 1366.44 kcal; Białko ogółem: 62.55 g; Tłuszcz: 28.87 g; Kw. tł. nasy.: 6.33 g; Węglowodany ogółem: 223.75 g; W tym cukry: 57.56 g; Błonnik pok.: 19.34 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 1949.66 kcal; Białko ogółem: 89.06 g; Tłuszcz: 50.72 g; Kw. tł. nasy.: 11.18 g; Węglowodany ogółem: 306.08 g; W tym cukry: 32.50 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sól: 10.85 g;	Wartość energetyczna: 2328.73 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 60.06 g; Kw. tł. nasy.: 13.27 g; Węglowodany ogółem: 388.50 g; W tym cukry: 80.86 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 7.78 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Z ogr.tl/Z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAL- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna
2026-05-01, piątek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 100 g (<u>RYB,</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE,</u>) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 50 g (<u>RYB,</u>) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokula* 20 g Pomidor 50 g	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)		Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)
	Obiad	Krupnik jęczmienny 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez jajek) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 50 g	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatką wieprzowej pieczona 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 50 g
	PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 20 g (<u>SEL,</u>) Salata zielona 10 g			
			Wartość energetyczna: 2557.42 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 436.31 g; W tym cukry: 102.81 g; Błonnik pok.: 34.05 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2316.08 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 79.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 320.34 g; W tym cukry: 40.78 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 1613.91 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz: 37.88 g; Kw. tł. nasy.: 7.26 g; Węglowodany ogółem: 253.66 g; W tym cukry: 66.49 g; Błonnik pok.: 19.52 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2095.42 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz: 43.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.20 g; Węglowodany ogółem: 360.81 g; W tym cukry: 47.64 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 7.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- WSZ Z ogr.tl/Z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAL- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	
2026-05-02 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Salatka meksykańska* 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Salatka meksykańska* 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Salata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Salata zielona 10 g		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka Coleslaw b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Ogórek kiszony 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka Coleslaw b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Ogórek kiszony 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>)			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 50 g Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Pomidor 50 g				
	Wartość energetyczna: 2422.46 kcal; Białko ogółem: 102.89 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 384.14 g; W tym cukry: 80.59 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2241.67 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 73.59 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 304.34 g; W tym cukry: 31.49 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sól: 13.52 g;	Wartość energetyczna: 1562.36 kcal; Białko ogółem: 78.43 g; Tłuszcz: 46.19 g; Kw. tł. nasy.: 9.88 g; Węglowodany ogółem: 213.84 g; W tym cukry: 35.66 g; Błonnik pok.: 17.69 g; Sól: 11.88 g;	Wartość energetyczna: 2038.03 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 12.99 g; Węglowodany ogółem: 305.22 g; W tym cukry: 34.58 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sól: 12.16 g;	Wartość energetyczna: 2330.49 kcal; Białko ogółem: 99.06 g; Tłuszcz: 55.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.51 g; Węglowodany ogółem: 382.22 g; W tym cukry: 94.65 g; Błonnik pok.: 32.93 g; Sól: 9.67 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- WSZ Z ogr.tl/z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAL- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ,</u>) Suflet mięsno-jarzynowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Suflet mięsno-jarzynowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 10 g		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Marchew pieczona 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Marchew pieczona 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) 300 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)
PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 10 g				
	Wartość energetyczna: 2422.57 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 68.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 373.43 g; W tym cukry: 64.92 g; Błonnik pok.: 29.04 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 2187.19 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 78.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 284.30 g; W tym cukry: 30.04 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 10.77 g;	Wartość energetyczna: 1470.19 kcal; Białko ogółem: 77.07 g; Tłuszcz: 42.35 g; Kw. tł. nasy.: 11.08 g; Węglowodany ogółem: 202.95 g; W tym cukry: 28.43 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 1881.76 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 47.05 g; Kw. tł. nasy.: 9.49 g; Węglowodany ogółem: 299.46 g; W tym cukry: 26.84 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 13.38 g;	Wartość energetyczna: 2322.89 kcal; Białko ogółem: 85.17 g; Tłuszcz: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 12.76 g; Węglowodany ogółem: 393.41 g; W tym cukry: 76.70 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 10.55 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Z ogr.tl/z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAL- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna
2026-05-04 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g	Jabłko 1 szt 1 szt		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Jarzynowa z makaronem-podstawa 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Buraczki po francusku z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Ryż na sypko (brązowy) 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Jabłka prażone b/c 150 g	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>)
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatką wieprzowej pieczona 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)
	PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek kiszony 50 g			
		Wartość energetyczna: 2432.29 kcal; Białko ogółem: 106.06 g; Tłuszcz: 53.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 398.71 g; W tym cukry: 71.64 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2058.80 kcal; Białko ogółem: 84.23 g; Tłuszcz: 55.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 307.00 g; W tym cukry: 41.81 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sól: 11.39 g;	Wartość energetyczna: 1380.75 kcal; Białko ogółem: 59.19 g; Tłuszcz: 29.65 g; Kw. tł. nasy.: 9.80 g; Węglowodany ogółem: 221.20 g; W tym cukry: 60.43 g; Błonnik pok.: 19.38 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2113.90 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 35.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.42 g; Węglowodany ogółem: 374.69 g; W tym cukry: 41.46 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2476.96 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.22 g; Węglowodany ogółem: 415.12 g; W tym cukry: 69.64 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 8.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- WSZ Z ogr.tl/Z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAL- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	
2026-05-05 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta z brokuła* 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml
	Obiad	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Ziemniaczana *(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 50 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 50 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Maślanka 200 ml (<u>MLE,</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Suflet mięsno-jarzynowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Suflet mięsno-jarzynowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt
PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g				
	Wartość energetyczna: 2463.50 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz: 60.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 407.46 g; W tym cukry: 107.82 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sól: 10.03 g;	Wartość energetyczna: 2052.73 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz: 62.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 295.82 g; W tym cukry: 30.18 g; Błonnik pok.: 19.14 g; Sól: 11.22 g;	Wartość energetyczna: 1475.42 kcal; Białko ogółem: 69.61 g; Tłuszcz: 33.62 g; Kw. tł. nasy.: 8.63 g; Węglowodany ogółem: 229.36 g; W tym cukry: 71.87 g; Błonnik pok.: 15.46 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2040.08 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 43.76 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; Węglowodany ogółem: 336.41 g; W tym cukry: 50.94 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 9.48 g;	Wartość energetyczna: 2025.36 kcal; Białko ogółem: 77.21 g; Tłuszcz: 39.89 g; Kw. tł. nasy.: 10.14 g; Węglowodany ogółem: 357.98 g; W tym cukry: 91.04 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 6.59 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Z ogr.tl/z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAL- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna
2026-05-06 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II śN	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 30 g	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
	Obiad	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Grzanki pszenne () 25 g (<u>GLU PSZ</u>)	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Grzanki pszenne () 25 g (<u>GLU PSZ</u>)	Krem z białych warzyw (b/mleka) 350 ml (<u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 50 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)
PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g				
		Wartość energetyczna: 2534.96 kcal; Białko ogółem: 124.36 g; Tłuszcz: 70.40 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 373.21 g; W tym cukry: 86.06 g; Błonnik pok.: 32.59 g; Sól: 10.15 g;	Wartość energetyczna: 2160.98 kcal; Białko ogółem: 97.10 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 295.42 g; W tym cukry: 36.40 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 10.76 g;	Wartość energetyczna: 1609.64 kcal; Białko ogółem: 78.46 g; Tłuszcz: 42.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.75 g; Węglowodany ogółem: 240.09 g; W tym cukry: 66.89 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2141.85 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 66.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 302.45 g; W tym cukry: 19.48 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2517.76 kcal; Białko ogółem: 102.95 g; Tłuszcz: 67.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.06 g; Węglowodany ogółem: 395.75 g; W tym cukry: 82.47 g; Błonnik pok.: 34.25 g; Sól: 7.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- WSZ Z ogr.tl/z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAL- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoałergiczna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Schab gotowany 50 g Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 50 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</u>) Schab gotowany 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
Obiad	Koperkowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos boloński z mięsa wp -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Makaron Spaghetti 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos koperkowy*(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt		
Kolaacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g
	PN	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g			
	Wartość energetyczna: 2472.23 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 376.80 g; W tym cukry: 75.64 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 1950.25 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 58.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 284.93 g; W tym cukry: 38.29 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 12.70 g;	Wartość energetyczna: 1433.50 kcal; Białko ogółem: 66.62 g; Tłuszcz: 50.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 185.59 g; W tym cukry: 34.13 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2076.21 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.44 g; Węglowodany ogółem: 314.90 g; W tym cukry: 15.24 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2381.36 kcal; Białko ogółem: 120.79 g; Tłuszcz: 65.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 344.90 g; W tym cukry: 27.57 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 9.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- WSZ Z ogr.tl/Z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAL- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	
2026-05-08, piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Ryba faszzerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g (<u>SEL.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g (<u>SEL.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II śN	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
	Obiad	Pomidorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew pieczona 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 50 ml Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (b/jaj) 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 50 ml Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkii wieprzowej pieczona 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chrupki kukurydziane 30 g	
	PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g			
	Wartość energetyczna: 2452.97 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Tłuszcz: 50.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 405.53 g; W tym cukry: 105.21 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2104.58 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 65.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 278.64 g; W tym cukry: 31.13 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 10.10 g;	Wartość energetyczna: 1402.88 kcal; Białko ogółem: 90.48 g; Tłuszcz: 37.67 g; Kw. tł. nasy.: 8.75 g; Węglowodany ogółem: 180.63 g; W tym cukry: 23.32 g; Błonnik pok.: 15.74 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2030.72 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.78 g; Węglowodany ogółem: 319.60 g; W tym cukry: 42.53 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2407.74 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; Tłuszcz: 50.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.35 g; Węglowodany ogółem: 413.15 g; W tym cukry: 111.37 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sól: 7.91 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAŁ- WSZ Z ogr.tl/z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAŁ- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAŁ- WSZ Bezmleczna	BIAŁ- WSZ Hipoalergiczna
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 50 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Salata zielona 10 g	Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g
	Obiad	Ziemniaczana 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kalafirowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez jai) 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Paszтет z fasoli* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Paszтет z fasoli* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Paszтет z fasoli* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pызdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g			
		Wartość energetyczna: 2603.97 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 403.50 g; W tym cukry: 95.91 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2299.16 kcal; Białko ogółem: 91.01 g; Tłuszcz: 72.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 329.08 g; W tym cukry: 40.70 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 10.67 g;	Wartość energetyczna: 1587.50 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 43.43 g; Kw. tł. nasy.: 9.17 g; Węglowodany ogółem: 230.57 g; W tym cukry: 58.41 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2177.79 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 63.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 317.39 g; W tym cukry: 29.54 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2436.03 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 54.50 g; Kw. tł. nasy.: 12.11 g; Węglowodany ogółem: 406.97 g; W tym cukry: 88.64 g; Błonnik pok.: 31.88 g; Sól: 7.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAŁ- WSZ Z ogr.tł/Z ogr. subst.wydz.soków żołąd.	BIAŁ- WSZ Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- WSZ Ubogoenergetyczna	BIAŁ- WSZ Bezmleczna	BIAŁ- WSZ Hipoalergiczna
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL. może zawierać: RYB, MCK.</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL. może zawierać: RYB, MCK.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL. może zawierać: RYB, MCK.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Suflet mięsno-jarzynowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g
2026-05-10 niedziela Obiad	Krupnik jęczmienny 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab sous-vide 100 g Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ratatouille z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab sous-vide 100 g Surówka Coleslaw b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Ratatouille z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab sous-vide 100 g Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka Coleslaw b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Ratatouille z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab sous-vide 100 g Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ratatouille z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Waffle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rolada z łopatką wieprzowej pieczona 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatką wieprzowej pieczona 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	PN		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g		
	Wartość energetyczna: 2421.63 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 359.84 g; W tym cukry: 71.23 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2101.65 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 75.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 258.92 g; W tym cukry: 26.34 g; Błonnik pok.: 17.60 g; Sól: 11.10 g;	Wartość energetyczna: 1400.44 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 47.79 g; Kw. tł. nasy.: 10.14 g; Węglowodany ogółem: 168.05 g; W tym cukry: 30.15 g; Błonnik pok.: 16.62 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2091.45 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 71.81 g; Kw. tł. nasy.: 13.94 g; Węglowodany ogółem: 276.40 g; W tym cukry: 28.92 g; Błonnik pok.: 23.68 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2366.60 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 12.99 g; Węglowodany ogółem: 370.39 g; W tym cukry: 93.01 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sól: 7.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- W SZ Niskosodowa	BIAL- W SZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- W SZ Bezglutenowa	BIAL- W SZ Niskobiałkowa	BIAL- W SZ Wegetariańska
2026-04-27 poniedziałek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Makaron bezglutenowy na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 15 g (<u>SOJ,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kieszonka z kurczaka z warzywami pieczona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos jarzynowy (bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kieszonka z kurczaka z warzywami pieczona 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sytko 200 g Kieszonka z kurczaka z warzywami pieczona (bez glutenu) 100 g (<u>SEL,</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml (<u>SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sytko 150 g Kieszonka z kurczaka z warzywami pieczona 50 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sytko 200 g Kotlety z ciecierzycy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej (bez soli) 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g			
		Wartość energetyczna: 2186.11 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 63.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.30 g; Węglowodany ogółem: 333.03 g; W tym cukry: 54.70 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 2240.40 kcal; Białko ogółem: 114.45 g; Tłuszcz: 50.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.19 g; Węglowodany ogółem: 343.78 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 26.60 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2262.69 kcal; Białko ogółem: 73.76 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 347.05 g; W tym cukry: 97.25 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 4.40 g;	Wartość energetyczna: 1485.16 kcal; Białko ogółem: 43.77 g; Tłuszcz: 38.76 g; Kw. tł. nasy.: 14.40 g; Węglowodany ogółem: 252.83 g; W tym cukry: 51.58 g; Błonnik pok.: 20.82 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2477.17 kcal; Białko ogółem: 84.46 g; Tłuszcz: 82.62 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 364.92 g; W tym cukry: 51.04 g; Błonnik pok.: 31.84 g; Sól: 10.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-04-28 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem (bez soli) 50 g (<u>MLE,</u>) Suflet mięsno-jarzynowy (bez soli) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Suflet mięsno-jarzynowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				
	Obiad	Szpinakowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy (bez soli) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy *(bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraczki gotowane (bez soli) 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem z dyni * (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ,</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 50 ml (<u>MLE,</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem z dyni * (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pierogi ze szpinakiem * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Mus z jabłek () z/c 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>) Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 15 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Schab gotowany 40 g				
		Wartość energetyczna: 2243.50 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 339.71 g; W tym cukry: 38.03 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2107.93 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 40.89 g; Kw. tł. nasy.: 11.51 g; Węglowodany ogółem: 335.40 g; W tym cukry: 65.32 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 2003.71 kcal; Białko ogółem: 73.83 g; Tłuszcz: 58.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 310.40 g; W tym cukry: 96.76 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 5.29 g;	Wartość energetyczna: 1470.05 kcal; Białko ogółem: 43.83 g; Tłuszcz: 33.26 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; Węglowodany ogółem: 252.37 g; W tym cukry: 63.90 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2541.30 kcal; Białko ogółem: 92.11 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 402.95 g; W tym cukry: 33.39 g; Błonnik pok.: 33.50 g; Sól: 9.61 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-04-29 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany (bez soli) 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Schab gotowany 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Salatka z brokułu i pomidora - dieta BBCO 150 g (<u>JAJ, MLE</u>) Schab gotowany 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 20 g (<u>SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salatka z brokułu i pomidora - dieta BBCO 150 g (<u>JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Ziemniaczana (bez soli) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany BBCO 350 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany BBCO 350 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 50 ml (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem marchwiowo-ziemniaczany BBCO 350 g (<u>MLE</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Mandarynka 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 30 g (<u>RYB, SEL</u>) Mus z jablek () z/c 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g			
		Wartość energetyczna: 2483.73 kcal; Białko ogółem: 115.60 g; Tłuszcz: 55.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 396.70 g; W tym cukry: 77.14 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2170.36 kcal; Białko ogółem: 132.19 g; Tłuszcz: 44.42 g; Kw. tł. nasy.: 9.65 g; Węglowodany ogółem: 322.31 g; W tym cukry: 68.71 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2214.87 kcal; Białko ogółem: 115.73 g; Tłuszcz: 72.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 289.35 g; W tym cukry: 54.73 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 3.43 g;	Wartość energetyczna: 1832.33 kcal; Białko ogółem: 53.82 g; Tłuszcz: 38.00 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 333.40 g; W tym cukry: 63.90 g; Błonnik pok.: 23.69 g; Sól: 4.42 g;	Wartość energetyczna: 2445.68 kcal; Białko ogółem: 105.58 g; Tłuszcz: 56.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 393.70 g; W tym cukry: 74.85 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 7.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-04-30 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (bez soli) 50 g Twarożek na słodko 50 g (MLE) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU ŻYT) Chleb tostowy pszenny 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek na słodko 50 g (MLE) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek na słodko 30 g (MLE) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek na słodko 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Mus z jabłek () z/c 100 g			
	Obiad	Rosół z makaronem (bez soli) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane (bez soli) 200 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy (bez soli) 50 ml (GLU PSZ) Brokuł gotowany (bez soli)* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (JAJ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Klopsik drobiowy z udźca 50 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Barszcz biały z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (SEL, GLU JĘCZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JĘCZ) Chleb tostowy pszenny 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta warzywna* 50 g (SEL) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta warzywna* 50 g (SEL) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt
	PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Schab gotowany 40 g			
		Wartość energetyczna: 2253.54 kcal; Białko ogółem: 112.69 g; Tłuszcz: 72.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 306.86 g; W tym cukry: 43.54 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2462.83 kcal; Białko ogółem: 129.30 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 348.51 g; W tym cukry: 67.26 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2167.18 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 304.05 g; W tym cukry: 73.69 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 3.09 g;	Wartość energetyczna: 1902.29 kcal; Białko ogółem: 58.07 g; Tłuszcz: 46.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.42 g; Węglowodany ogółem: 337.80 g; W tym cukry: 55.34 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2166.73 kcal; Białko ogółem: 75.60 g; Tłuszcz: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 343.48 g; W tym cukry: 67.15 g; Błonnik pok.: 35.79 g; Sól: 8.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- W SZ Niskosodowa	BIAL- W SZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- W SZ Bezglutenowa	BIAL- W SZ Niskobiałkowa	BIAL- W SZ Wegetariańska
2026-05-01 piątek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 100 g (<u>RYB,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)		
	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez soli) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) (bez soli) 100 g (<u>RYB,</u>) Brokuł gotowany (bez soli)* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 2 [Por] x 100 g (<u>JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez glutenu) 50 ml (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 50 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej pieczona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 50 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 30 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 50 g
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 40 g (<u>SEL,</u>)				
		Wartość energetyczna: 2167.96 kcal; Białko ogółem: 99.56 g; Tłuszcz: 53.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 341.88 g; W tym cukry: 53.00 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2205.84 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 47.76 g; Kw. tł. nasy.: 8.18 g; Węglowodany ogółem: 351.54 g; W tym cukry: 61.87 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2253.42 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 61.69 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 338.95 g; W tym cukry: 79.22 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 1751.59 kcal; Białko ogółem: 58.06 g; Tłuszcz: 37.59 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; Węglowodany ogółem: 309.21 g; W tym cukry: 86.67 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2396.16 kcal; Białko ogółem: 104.26 g; Tłuszcz: 58.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 387.54 g; W tym cukry: 56.11 g; Błonnik pok.: 36.71 g; Sól: 8.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- W SZ Niskosodowa	BIAL- W SZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- W SZ Bezglutenowa	BIAL- W SZ Niskobiałkowa	BIAL- W SZ Wegetariańska
2026-05-02 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem więprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 15 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u>) Serek a la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Salatka meksykańska* 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR,</u>) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez soli) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 200 g Pulpet wieprzowy (bez soli) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez glutenu) 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlety z brokula* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 50 g Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 15 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g				
		Wartość energetyczna: 2216.91 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz: 62.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 325.54 g; W tym cukry: 49.34 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2245.76 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Tłuszcz: 52.39 g; Kw. tł. nasy.: 10.73 g; Węglowodany ogółem: 331.62 g; W tym cukry: 71.22 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 1893.03 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 262.75 g; W tym cukry: 35.98 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 1446.82 kcal; Białko ogółem: 54.28 g; Tłuszcz: 40.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 231.53 g; W tym cukry: 41.35 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2306.54 kcal; Białko ogółem: 72.66 g; Tłuszcz: 65.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 375.30 g; W tym cukry: 60.03 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sól: 9.44 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Suflet mięsno-jarzynowy (bez soli) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Suflet mięsno-jarzynowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 20 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml				
	Obiad	Ziemniaczana (bez soli) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 200 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy (bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Marchew pieczona 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ,</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik drobiowy z udźca 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlety sojowe 90 g (<u>SOJ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Wafle ryżowe 30 g				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL,</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 15 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 40 g				
		Wartość energetyczna: 2130.24 kcal; Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 56.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 318.74 g; W tym cukry: 28.92 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2158.45 kcal; Białko ogółem: 85.56 g; Tłuszcz: 49.29 g; Kw. tł. nasy.: 8.50 g; Węglowodany ogółem: 357.29 g; W tym cukry: 53.10 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2106.20 kcal; Białko ogółem: 79.25 g; Tłuszcz: 64.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 317.02 g; W tym cukry: 72.04 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 2.81 g;	Wartość energetyczna: 1589.58 kcal; Białko ogółem: 47.52 g; Tłuszcz: 42.28 g; Kw. tł. nasy.: 14.54 g; Węglowodany ogółem: 260.83 g; W tym cukry: 35.66 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2245.56 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 312.88 g; W tym cukry: 30.81 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 8.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-05-04 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 15 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GÓR,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z natką pietruszki 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez soli) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (bez soli) 180 g Sos jogurtowo-porczeczkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Buraczki oprószane 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porczeczkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem-podstawa 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki oprószane 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej (bez soli) 50 g Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek ziarnisty naturalny 30 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g				
		Wartość energetyczna: 2208.23 kcal; Białko ogółem: 89.74 g; Tłuszcz: 53.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 357.61 g; W tym cukry: 52.66 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2252.51 kcal; Białko ogółem: 116.57 g; Tłuszcz: 45.43 g; Kw. tł. nasy.: 11.22 g; Węglowodany ogółem: 355.50 g; W tym cukry: 73.53 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2023.41 kcal; Białko ogółem: 63.43 g; Tłuszcz: 53.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 332.47 g; W tym cukry: 85.59 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sól: 1.95 g;	Wartość energetyczna: 1462.58 kcal; Białko ogółem: 35.83 g; Tłuszcz: 35.08 g; Kw. tł. nasy.: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 258.79 g; W tym cukry: 35.36 g; Błonnik pok.: 21.12 g; Sól: 4.22 g;	Wartość energetyczna: 2255.87 kcal; Białko ogółem: 86.43 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 352.38 g; W tym cukry: 46.20 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 9.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-05-05 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szyńka wieprzowa gotowana (bez soli) 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb tostowy pszenny 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szyńka wieprzowa gotowana 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 15 g (SOJ.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 15 g (SOJ.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml				
	Obiad	Rosół z makaronem (bez soli) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 200 g Pulpet drobiowy (bez soli) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.)	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.)	Rosół z makaronem (bez glutenu) 350 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 50 ml	Bulion warzywny z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.)	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi ze szpinakiem * 200 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt
	PD		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Suflet mięsno-jarzynowy (bez soli) 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb tostowy pszenny 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Suflet mięsno-jarzynowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 15 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Dżem 25 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 40 g				
		Wartość energetyczna: 1882.16 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 51.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 270.91 g; W tym cukry: 48.16 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2028.95 kcal; Białko ogółem: 77.07 g; Tłuszcz: 41.07 g; Kw. tł. nasy.: 7.35 g; Węglowodany ogółem: 352.15 g; W tym cukry: 65.08 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2241.92 kcal; Białko ogółem: 97.70 g; Tłuszcz: 69.19 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 322.67 g; W tym cukry: 76.56 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 2.74 g;	Wartość energetyczna: 1400.02 kcal; Białko ogółem: 44.05 g; Tłuszcz: 31.64 g; Kw. tł. nasy.: 14.35 g; Węglowodany ogółem: 244.94 g; W tym cukry: 59.51 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2426.69 kcal; Białko ogółem: 81.71 g; Tłuszcz: 58.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.20 g; Węglowodany ogółem: 412.85 g; W tym cukry: 104.31 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 8.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-05-06 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej (bez soli) 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Wafle ryżowe 30 g		
	Obiad	Ziemniaczana (bez soli) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta (bez soli) 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki (bez soli) 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Grzanki pszenne () 25 g (<u>GLU PSZ</u>)	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z natką pietruszki 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez glutenu) 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw (b/mleka) 350 ml (<u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Grzanki pszenne () 25 g (<u>GLU PSZ</u>)	Krem z białych warzyw 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmiennie z warzywami wegetariańskie* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Grzanki pszenne () 25 g (<u>GLU PSZ</u>)
	PD		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 40 g				
		Wartość energetyczna: 2464.42 kcal; Białko ogółem: 113.42 g; Tłuszcz: 75.08 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 354.22 g; W tym cukry: 51.78 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2349.69 kcal; Białko ogółem: 128.08 g; Tłuszcz: 66.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.65 g; Węglowodany ogółem: 323.14 g; W tym cukry: 75.85 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2184.65 kcal; Białko ogółem: 84.63 g; Tłuszcz: 76.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 305.67 g; W tym cukry: 49.12 g; Błonnik pok.: 31.42 g; Sól: 1.67 g;	Wartość energetyczna: 1972.41 kcal; Białko ogółem: 56.87 g; Tłuszcz: 58.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.22 g; Węglowodany ogółem: 318.48 g; W tym cukry: 79.35 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 4.73 g;	Wartość energetyczna: 2430.53 kcal; Białko ogółem: 79.04 g; Tłuszcz: 80.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 376.49 g; W tym cukry: 55.37 g; Błonnik pok.: 43.06 g; Sól: 8.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska	
2026-05-07 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany (bez soli) 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Schab gotowany 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez soli) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron (bez soli) 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (bez soli) 100 g Sos koperkowy *(bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Sos boloński z mięsa wp-dieta (bez glutenu) 150 g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj (bez soli) 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatką wieprzowej pieczona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 15 g Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g
	PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g			
	Wartość energetyczna: 2287.67 kcal; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 343.02 g; W tym cukry: 48.23 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 2316.53 kcal; Białko ogółem: 127.69 g; Tłuszcz: 59.15 g; Kw. tł. nasy.: 13.11 g; Węglowodany ogółem: 332.24 g; W tym cukry: 68.01 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 1960.61 kcal; Białko ogółem: 59.66 g; Tłuszcz: 57.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 309.99 g; W tym cukry: 45.95 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 1.64 g;	Wartość energetyczna: 1692.27 kcal; Białko ogółem: 62.97 g; Tłuszcz: 43.33 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 273.69 g; W tym cukry: 33.76 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 4.52 g;	Wartość energetyczna: 2660.11 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 99.85 g; Kw. tł. nasy.: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 376.45 g; W tym cukry: 40.05 g; Błonnik pok.: 38.61 g; Sól: 11.20 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-05-08, piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Twarożek 50 g (MLE,) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb tostowy pszenny 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Ryba faszzerowana (dorsz) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 50 g Twarożek 50 g (MLE,) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 50 g Twarożek 30 g (MLE,) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 50 g Twarożek 50 g (MLE,) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				
	Obiad	Pomidorowa z ryżem (bez soli) 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) (bez soli) 100 g (RYB,) Sos koperkowy *(bez soli) 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku* (bez soli) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) 350 ml (SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 50 ml Marchew pieczona 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 50 ml Warzywa po grecku* (bez glutenu) 150 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) 350 ml (SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (RYB,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlety sojowe 90 g (SOJ,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Podplomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE,)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL,) Chleb tostowy pszenny 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Rolada z łopatką wieprzowej pieczona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chrupki kukurydziane 30 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Podplomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Podplomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE,)
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Schab gotowany 40 g				
		Wartość energetyczna: 2126.94 kcal; Białko ogółem: 105.46 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 306.91 g; W tym cukry: 36.69 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2238.96 kcal; Białko ogółem: 126.56 g; Tłuszcz: 47.64 g; Kw. tł. nasy.: 8.79 g; Węglowodany ogółem: 338.08 g; W tym cukry: 72.31 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2278.25 kcal; Białko ogółem: 83.19 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 366.54 g; W tym cukry: 120.87 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 2.73 g;	Wartość energetyczna: 1554.29 kcal; Białko ogółem: 56.76 g; Tłuszcz: 37.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.11 g; Węglowodany ogółem: 260.72 g; W tym cukry: 61.25 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 4.33 g;	Wartość energetyczna: 2062.14 kcal; Białko ogółem: 85.45 g; Tłuszcz: 47.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 345.11 g; W tym cukry: 55.13 g; Błonnik pok.: 33.19 g; Sól: 7.52 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska	
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (bez soli) 50 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową wędzona, parzona 15 g (<u>może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml				
	Obiad	Ziemniaczana (bez soli) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (bez soli) 200 g Klopsik wieprzowy (bez soli) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny (bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ,</u>) Sos własny (bez glutenu) 50 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlety ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	PD		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pasta z brokula * 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ,</u>) Dżem 25 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokula * 50 g Paszтет z fasoli* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej pieczona 40 g					
		Wartość energetyczna: 2334.64 kcal; Białko ogółem: 115.42 g; Tłuszcz: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 331.75 g; W tym cukry: 44.20 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2227.36 kcal; Białko ogółem: 123.49 g; Tłuszcz: 51.29 g; Kw. tł. nasy.: 10.29 g; Węglowodany ogółem: 329.37 g; W tym cukry: 59.86 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 1928.96 kcal; Białko ogółem: 85.20 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kw. tł. nasy.: 19.99 g; Węglowodany ogółem: 259.43 g; W tym cukry: 30.88 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 2.46 g;	Wartość energetyczna: 1474.62 kcal; Białko ogółem: 44.94 g; Tłuszcz: 41.71 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; Węglowodany ogółem: 243.66 g; W tym cukry: 38.88 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2279.46 kcal; Białko ogółem: 70.67 g; Tłuszcz: 73.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; Węglowodany ogółem: 355.53 g; W tym cukry: 45.14 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sól: 7.60 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska	
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL. może zawierać: RYB, MCK.</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL. może zawierać: RYB, MCK.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 15 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				
	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez soli) 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 200 g Schab gotowany (bez soli) 100 g Sos własny (bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ratatouille z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab sous-vide 100 g Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ratatouille z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab sous-vide 100 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Ratatouille z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab sous-vide 50 g Sos własny 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ratatouille z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Pierogi z truskawkami * 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g				
	Wartość energetyczna: 2269.09 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 83.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 294.40 g; W tym cukry: 40.93 g; Błonnik pok.: 25.24 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2287.02 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 73.57 g; Kw. tł. nasy.: 12.17 g; Węglowodany ogółem: 313.22 g; W tym cukry: 65.49 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2210.09 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz: 85.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 289.64 g; W tym cukry: 64.62 g; Błonnik pok.: 21.57 g; Sól: 2.85 g;	Wartość energetyczna: 1673.17 kcal; Białko ogółem: 44.94 g; Tłuszcz: 55.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.07 g; Węglowodany ogółem: 260.61 g; W tym cukry: 85.02 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2210.97 kcal; Białko ogółem: 80.51 g; Tłuszcz: 66.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.70 g; Węglowodany ogółem: 340.52 g; W tym cukry: 67.85 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 7.93 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,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,