

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- WSZ Podstawowa	BIAŁ- WSZ Łatwo strawna	BIAŁ- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-03-30 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>) Połędwica 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>) Połędwica 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 sytko (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 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 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>) Paszтет z dodatkiem białka sojowego 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>) 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 dodatkiem 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		Dren II 250 ml			
	Wartość energetyczna: 2228.58 kcal; Białko ogółem: 85.85 g; Tłuszcz: 45.96 g; Kw. tł. nasy.: 9.77 g; Węglowodany ogółem: 390.20 g; W tym cukry: 46.75 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2375.37 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 83.86 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 328.02 g; W tym cukry: 35.89 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 11.52 g;	Wartość energetyczna: 2247.96 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 68.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; W tym cukry: 36.01 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 11.73 g;	Wartość energetyczna: 2327.79 kcal; Białko ogółem: 98.20 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; W tym cukry: 40.97 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 13.23 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa
2026-03-31 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	Krem z dyni * 350 ml (<u>GLU PSZ, 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	Krem z dyni * 350 ml (<u>GLU PSZ, 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 Szyńka 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		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml				
	Wartość energetyczna: 2165.98 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.38 g; Węglowodany ogółem: 372.39 g; W tym cukry: 51.19 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2006.78 kcal; Białko ogółem: 88.21 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 292.25 g; W tym cukry: 36.26 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2093.48 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 56.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 314.47 g; W tym cukry: 41.39 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2452.78 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 62.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 379.92 g; W tym cukry: 73.44 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 11.20 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa
2026-04-01 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>) Szynka 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>) Szynka 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>) Szynka 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 100 g Banan 1szt. 1 szt 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 100 g Banan 1szt. 1 szt 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>) Mandarynka 1 szt
	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		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml			
		Wartość energetyczna: 2115.30 kcal; Białko ogółem: 74.56 g; Tłuszcz: 44.17 g; Kw. tł. nasy.: 10.64 g; Węglowodany ogółem: 383.32 g; W tym cukry: 51.23 g; Błonnik pok.: 34.35 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2256.76 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 50.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 370.66 g; W tym cukry: 82.65 g; Błonnik pok.: 25.77 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2410.66 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 59.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 388.46 g; W tym cukry: 85.99 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2766.50 kcal; Białko ogółem: 115.32 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 454.27 g; W tym cukry: 121.80 g; Błonnik pok.: 35.29 g; Sól: 8.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-04-02 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>) Salata 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>) Brokuł gotowany* 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>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	Kolacja	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JEJCZ.</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		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml				
	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: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2005.83 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 315.89 g; W tym cukry: 47.96 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 9.84 g;	Wartość energetyczna: 2044.34 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 56.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 310.14 g; W tym cukry: 44.08 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2229.34 kcal; Białko ogółem: 109.50 g; Tłuszcz: 67.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 310.86 g; W tym cukry: 64.65 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 9.10 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa
2026-04-03 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 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>) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Bulion drobiowo-warzywny 250 ml (<u>SEL.</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		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml			
		Wartość energetyczna: 2205.89 kcal; Białko ogółem: 82.37 g; Tłuszcz: 41.72 g; Kw. tł. nasy.: 9.19 g; Węglowodany ogółem: 396.22 g; W tym cukry: 60.46 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2132.71 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz: 102.31 g; Kw. tł. nasy.: 42.73 g; Węglowodany ogółem: 199.82 g; W tym cukry: 30.79 g; Błonnik pok.: 17.50 g; Sól: 1.56 g;	Wartość energetyczna: 2382.56 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 356.95 g; W tym cukry: 51.18 g; Błonnik pok.: 29.79 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: 357.74 g; W tym cukry: 53.46 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2608.95 kcal; Białko ogółem: 114.88 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 400.60 g; W tym cukry: 73.30 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 9.02 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- WSZ Podstawowa	BIAŁ- WSZ Łatwo strawna	BIAŁ- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-04-04 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) 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>) Serek homo.o smaku naturalnym 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 100 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	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 120 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>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 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 Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Cukinia pieczona 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 łopatkki 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>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL.</u>) 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	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>) 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		
	PN		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml				
		Wartość energetyczna: 2086.05 kcal; Białko ogółem: 60.51 g; Tłuszcz: 45.45 g; Kw. tł. nasy.: 9.58 g; Węglowodany ogółem: 383.26 g; W tym cukry: 64.63 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2123.77 kcal; Białko ogółem: 63.96 g; Tłuszcz: 59.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 351.99 g; W tym cukry: 53.47 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2048.94 kcal; Białko ogółem: 72.77 g; Tłuszcz: 54.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 335.94 g; W tym cukry: 54.52 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2257.08 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 361.64 g; W tym cukry: 61.74 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 11.11 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-04-05 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ćwikła z jabłkiem 75 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI.</u>)	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ćwikła z jabłkiem 75 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI.</u>)		
	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 Pulpet wieprzowy 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	Żurek z ziemniakami jajkiem i kielbasą () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 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	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 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>) Wafle ryżowe 30 g	
	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		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml					
		Wartość energetyczna: 2179.32 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 44.08 g; Kw. tł. nasy.: 10.82 g; Węglowodany ogółem: 387.88 g; W tym cukry: 43.05 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2505.49 kcal; Białko ogółem: 98.83 g; Tłuszcz: 84.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 347.88 g; W tym cukry: 51.56 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.10 g;	Wartość energetyczna: 2404.55 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 65.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 355.96 g; W tym cukry: 51.12 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 2818.33 kcal; Białko ogółem: 130.49 g; Tłuszcz: 79.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 408.48 g; W tym cukry: 58.68 g; Błonnik pok.: 30.19 g; Sól: 11.09 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-04-06 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>) Sałatka jarzynowa - dieta* 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	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>) Sałatka jarzynowa - dieta* 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		
	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 drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 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	Rosół z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Sos pomidorowy 50 ml (<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 żółty 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	PN		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml				
		Wartość energetyczna: 2204.91 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 42.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.26 g; Węglowodany ogółem: 389.34 g; W tym cukry: 58.45 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 9.19 g;	Wartość energetyczna: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2276.19 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 68.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 297.39 g; W tym cukry: 28.52 g; Błonnik pok.: 16.65 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2350.58 kcal; Białko ogółem: 108.29 g; Tłuszcz: 55.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 346.61 g; W tym cukry: 30.51 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2641.98 kcal; Białko ogółem: 121.26 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 390.47 g; W tym cukry: 61.81 g; Błonnik pok.: 22.60 g; Sól: 10.82 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- WSZ Podstawowa	BIAŁ- WSZ Łatwo strawna	BIAŁ- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-04-07 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>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta 100 g (<u>GLU PSZ, RYB, 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 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>) Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta 100 g (<u>GLU PSZ, RYB, 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>) Szyunka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałata 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 papryką, kukurydzą i jabłkiem 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>) Waflę ryżowe 30 g
	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>) 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		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml			
		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: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2155.60 kcal; Białko ogółem: 84.27 g; Tłuszcz: 58.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 340.69 g; W tym cukry: 66.51 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2099.14 kcal; Białko ogółem: 86.87 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 329.51 g; W tym cukry: 62.02 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2640.93 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 425.13 g; W tym cukry: 63.37 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 11.38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- WSZ Podstawowa	BIAŁ- WSZ Łatwo strawna	BIAŁ- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-04-08 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 topatki 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>) Paszтет szefa z dodatkiem białka sojowego 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</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 50 g	
	Obiad	Krem z białych warzyw (bez 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>) Jabłko 1 szt 1 szt	
	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		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml				
			Wartość energetyczna: 2286.93 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 52.61 g; Kw. tł. nasy.: 13.27 g; Węglowodany ogółem: 384.47 g; W tym cukry: 60.20 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2334.49 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 76.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 335.86 g; W tym cukry: 45.83 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sól: 9.36 g;	Wartość energetyczna: 2309.45 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 345.93 g; W tym cukry: 49.23 g; Błonnik pok.: 33.12 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2648.65 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 81.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 392.64 g; W tym cukry: 73.21 g; Błonnik pok.: 37.36 g; Sól: 11.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-04-09 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 60 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.</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			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) 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		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml					
		Wartość energetyczna: 2194.26 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 46.38 g; Kw. tł. nasy.: 10.75 g; Węglowodany ogółem: 384.86 g; W tym cukry: 66.57 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2237.48 kcal; Białko ogółem: 97.61 g; Tłuszcz: 74.35 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 311.97 g; W tym cukry: 29.75 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 10.82 g;	Wartość energetyczna: 2180.73 kcal; Białko ogółem: 96.95 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 329.25 g; W tym cukry: 28.80 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2428.73 kcal; Białko ogółem: 105.05 g; Tłuszcz: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 370.10 g; W tym cukry: 70.10 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 8.86 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa
2026-04-10 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>)	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 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g 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>) Dżem 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</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 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		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml			
		Wartość energetyczna: 2293.84 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 51.39 g; Kw. tł. nasy.: 11.14 g; Węglowodany ogółem: 377.87 g; W tym cukry: 37.24 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2048.91 kcal; Białko ogółem: 96.07 g; Tłuszcz: 54.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 305.17 g; W tym cukry: 53.13 g; Błonnik pok.: 19.73 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2174.72 kcal; Białko ogółem: 100.85 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.30 g; Węglowodany ogółem: 333.47 g; W tym cukry: 54.90 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2458.72 kcal; Białko ogółem: 109.15 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 389.77 g; W tym cukry: 99.60 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 7.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa
2026-04-11 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>) Polędwica 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>) Polędwica 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>) Polędwica 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>) Wafle ryżowe 30 g
	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, S02.</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, S02.</u>) Pasta z brokuła* 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	
	PN		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml			
		Wartość energetyczna: 2313.98 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 53.67 g; Kw. tł. nasy.: 12.69 g; Węglowodany ogółem: 392.89 g; W tym cukry: 51.88 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2232.92 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 66.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 335.76 g; W tym cukry: 49.48 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2206.45 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz: 65.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 331.61 g; W tym cukry: 44.77 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 9.84 g;	Wartość energetyczna: 2465.90 kcal; Białko ogółem: 105.25 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 374.75 g; W tym cukry: 58.69 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 10.61 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAŁ- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAŁ- WSZ Podstawowa	BIAŁ- WSZ Łatwo strawna	BIAŁ- WSZ Bogatobiałkowa	
2026-04-12 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 Salata 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 Schab sous-vide 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka Coleslaw 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 łopatkki 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		Dren II (tylko MSWIA) 250 ml			
	Wartość energetyczna: 2502.06 kcal; Białko ogółem: 78.18 g; Tłuszcz: 89.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.72 g; Węglowodany ogółem: 367.74 g; W tym cukry: 56.63 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 180.07 g; W tym cukry: 13.21 g; Błonnik pok.: 16.80 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 1917.34 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 49.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.63 g; Węglowodany ogółem: 287.35 g; W tym cukry: 50.70 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 9.08 g;	Wartość energetyczna: 2184.00 kcal; Białko ogółem: 99.04 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 295.95 g; W tym cukry: 40.32 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2424.07 kcal; Białko ogółem: 112.91 g; Tłuszcz: 84.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 323.56 g; W tym cukry: 46.78 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 11.15 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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	
2026-03-30 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>) Połędwica 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>) Połędwica 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>) Połędwica 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 kiełbasa 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 papryką, kukurydzą i jabłkiem 100 g Surówka z marchwi b/c 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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 (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 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 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: 2441.56 kcal; Białko ogółem: 94.23 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 381.59 g; W tym cukry: 81.54 g; Błonnik pok.: 31.90 g; Sól: 10.31 g;	Wartość energetyczna: 2232.63 kcal; Białko ogółem: 85.53 g; Tłuszcz: 74.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 313.83 g; W tym cukry: 38.48 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 10.02 g;	Wartość energetyczna: 1571.02 kcal; Białko ogółem: 64.75 g; Tłuszcz: 48.80 g; Kw. tł. nasy.: 7.98 g; Węglowodany ogółem: 226.12 g; W tym cukry: 44.34 g; Błonnik pok.: 17.98 g; Sól: 7.29 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: 2267.47 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 54.62 g; Kw. tł. nasy.: 10.60 g; Węglowodany ogółem: 379.01 g; W tym cukry: 89.90 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 9.77 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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
2026-03-31 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 niejadłnej 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	Krem z dyni * 350 ml (<u>GLU PSZ, 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	Krem z dyni * 350 ml (<u>GLU PSZ, 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 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>) 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 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: 2488.75 kcal; Białko ogółem: 109.50 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 396.43 g; W tym cukry: 74.30 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 10.79 g;	Wartość energetyczna: 2146.55 kcal; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 311.50 g; W tym cukry: 43.55 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sól: 11.30 g;	Wartość energetyczna: 1505.61 kcal; Białko ogółem: 70.70 g; Tłuszcz: 36.71 g; Kw. tł. nasy.: 8.15 g; Węglowodany ogółem: 232.87 g; W tym cukry: 61.67 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sól: 9.70 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 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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
2026-04-01 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 50 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-dyiniowy 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 50 g	Koktajl bananowo-dyiniowy 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>) 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>) 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 Waffle 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>) Serek a`la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 75 g Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki 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 łopatki 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: 389.57 g; W tym cukry: 70.13 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 9.68 g;	Wartość energetyczna: 2228.91 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 68.27 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 311.39 g; W tym cukry: 45.67 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 11.12 g;	Wartość energetyczna: 1476.88 kcal; Białko ogółem: 85.10 g; Tłuszcz: 38.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.95 g; Węglowodany ogółem: 206.23 g; W tym cukry: 66.82 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2223.90 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 54.66 g; Kw. tł. nasy.: 12.56 g; Węglowodany ogółem: 359.03 g; W tym cukry: 28.30 g; Błonnik pok.: 34.06 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2539.11 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz: 46.60 g; Kw. tł. nasy.: 11.59 g; Węglowodany ogółem: 449.40 g; W tym cukry: 69.13 g; Błonnik pok.: 36.37 g; Sól: 8.80 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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
2026-04-02 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>) 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,</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,</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,</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>) Sałata 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>) Brokuł gotowany* 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>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Mandarynka 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem 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>) Blok drobiowy- wędlna 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 jablko-truskawka 120g 1 szt	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 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- wędlna 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 jablko-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 jablko-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 łopatkii wieprzowej pieczona 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Przecier owocowy jablko-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>) Sałata 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: 2155.92 kcal; Białko ogółem: 89.01 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 315.74 g; W tym cukry: 31.23 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 11.33 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: 1908.68 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 47.96 g; Kw. tł. nasy.: 10.86 g; Węglowodany ogółem: 297.32 g; W tym cukry: 29.55 g; Błonnik pok.: 26.60 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 2293.03 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 57.34 g; Kw. tł. nasy.: 12.96 g; Węglowodany ogółem: 381.14 g; W tym cukry: 78.71 g; Błonnik pok.: 32.48 g; Sól: 7.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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
2026-04-03 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 Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) 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>) Brokuł gotowany* 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) 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 Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)	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: 434.66 g; W tym cukry: 102.81 g; Błonnik pok.: 34.05 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2417.76 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 83.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 336.76 g; W tym cukry: 53.20 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 11.71 g;	Wartość energetyczna: 1549.03 kcal; Białko ogółem: 73.16 g; Tłuszcz: 29.87 g; Kw. tł. nasy.: 6.60 g; Węglowodany ogółem: 253.52 g; W tym cukry: 68.94 g; Błonnik pok.: 19.24 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2095.42 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz: 43.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.20 g; Węglowodany ogółem: 359.16 g; W tym cukry: 47.64 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2545.38 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 58.80 g; Kw. tł. nasy.: 13.26 g; Węglowodany ogółem: 425.55 g; W tym cukry: 96.10 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sól: 10.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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	
2026-04-04 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>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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 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	Barszcz czerwony 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>) 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 Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 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 Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy (bez jaj) 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona 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>) Pasta warzywna* 50 g (<u>SEL</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>) Pasta warzywna* 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 warzywna* 50 g (<u>SEL</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 łopatki wieprzowej pieczona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 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 łopatki 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: 2445.41 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 389.88 g; W tym cukry: 85.64 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2181.76 kcal; Białko ogółem: 69.65 g; Tłuszcz: 70.57 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 324.26 g; W tym cukry: 41.30 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 1490.65 kcal; Białko ogółem: 54.44 g; Tłuszcz: 43.74 g; Kw. tł. nasy.: 6.26 g; Węglowodany ogółem: 227.57 g; W tym cukry: 44.34 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 1951.60 kcal; Białko ogółem: 76.47 g; Tłuszcz: 52.95 g; Kw. tł. nasy.: 10.73 g; Węglowodany ogółem: 312.69 g; W tym cukry: 37.58 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 12.58 g;	Wartość energetyczna: 2354.68 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 58.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.70 g; Węglowodany ogółem: 376.69 g; W tym cukry: 92.34 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 9.67 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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	
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU</u> <u>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,</u> <u>SEL,</u>) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI,</u>)	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ćwikła z chrzanem 75 g (<u>MLE, SO2,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Szynka Bartnika- kielbasa dr. parz z dod. mięsa wp 50 g (<u>SOJ,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ćwikła z chrzanem 75 g (<u>MLE, SO2,</u>) 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,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU</u> <u>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,</u> <u>SEL,</u>) Ćwikła z jabłkiem 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,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU</u> <u>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	
2026-04-05 niedziela	Obiad	Ziemniaczana 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Marchew pieczona 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Żurek z ziemniakami jajkiem i kielbasą () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g 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,</u> <u>SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 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</u> <u>PSZ,</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
		PD	Wafle ryżowe 30 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g
2026-04-05 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ, MLE, GOR,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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</u> <u>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</u> <u>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,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU</u> <u>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,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU</u> <u>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: 2694.74 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 69.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 417.54 g; W tym cukry: 84.23 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 10.18 g;	Wartość energetyczna: 2293.73 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 68.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 313.79 g; W tym cukry: 41.70 g; Błonnik pok.: 22.67 g; Sól: 11.51 g;	Wartość energetyczna: 1492.43 kcal; Białko ogółem: 95.48 g; Tłuszcz: 37.07 g; Kw. tł. nasy.: 12.81 g; Węglowodany ogółem: 199.59 g; W tym cukry: 38.05 g; Błonnik pok.: 16.44 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 1809.42 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 35.73 g; Kw. tł. nasy.: 9.60 g; Węglowodany ogółem: 292.14 g; W tym cukry: 28.69 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 13.49 g;	Wartość energetyczna: 2295.78 kcal; Białko ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 52.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.53 g; Węglowodany ogółem: 393.73 g; W tym cukry: 75.59 g; Błonnik pok.: 30.91 g; Sól: 10.64 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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	
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta* 150 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GÓR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta* 150 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GÓR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chleb żytni razowy 65 g (GLU ŻYT.) Salatka jarzynowa - dieta* 150 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GÓR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 75 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka 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 (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) 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	Rosół z makaronem 350 ml (GLU PSZ, JAJ, 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 pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)	Rosół z makaronem 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka Coleslaw b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Surówka Coleslaw b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (GLU PSZ, 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 pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez jaj) 100 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jabłko pieczone 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.) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 50 g (SEL.) Pomidor b/skórki 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (GLU ŻYT.) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 100 g (SEL.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Wafle tortowe 30 g (GLU PSZ, SOJ.)
PN		Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Ogórek kiszony 50 g				
	Wartość energetyczna: 2729.12 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 411.20 g; W tym cukry: 68.08 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 10.94 g;	Wartość energetyczna: 2366.68 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 66.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 344.08 g; W tym cukry: 41.41 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 12.39 g;	Wartość energetyczna: 1348.63 kcal; Białko ogółem: 80.46 g; Tłuszcz: 32.50 g; Kw. tł. nasy.: 9.98 g; Węglowodany ogółem: 188.01 g; W tym cukry: 42.46 g; Błonnik pok.: 17.07 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2137.59 kcal; Białko ogółem: 94.80 g; Tłuszcz: 44.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.38 g; Węglowodany ogółem: 356.59 g; W tym cukry: 36.99 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2437.16 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 54.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.48 g; Węglowodany ogółem: 398.41 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 8.34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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	
2026-04-07 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>) Połędwica Sopotka 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>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta 100 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE,</u>) Pomidor 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>) Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta 100 g (<u>GLU PSZ, RYB, 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 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>) Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta (bez mleka) 100 g (<u>GLU PSZ, RYB,</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 papryką, kukurydzą i jabłkiem 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 papryką, kukurydzą i jabłkiem 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 Wafle ryżowe 30 g	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Maślanka 200 ml (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 30 g		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: 2576.90 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 61.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 431.31 g; W tym cukry: 108.24 g; Błonnik pok.: 33.80 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2213.47 kcal; Białko ogółem: 87.13 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 329.15 g; W tym cukry: 31.92 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sól: 11.52 g;	Wartość energetyczna: 1636.16 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 34.49 g; Kw. tł. nasy.: 8.85 g; Węglowodany ogółem: 262.69 g; W tym cukry: 73.61 g; Błonnik pok.: 16.64 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2161.37 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 53.60 g; Kw. tł. nasy.: 12.33 g; Węglowodany ogółem: 343.45 g; W tym cukry: 50.64 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 9.70 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 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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	
2026-04-08 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>) Połudwica 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>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Połudwica 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>) Połudwica 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 50 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 Maślanka 200 ml (<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>) 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: 2548.04 kcal; Białko ogółem: 124.64 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 376.26 g; W tym cukry: 86.13 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sól: 10.15 g;	Wartość energetyczna: 2250.46 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Tłuszcz: 70.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 308.24 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 11.41 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: 2157.18 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 304.51 g; W tym cukry: 19.95 g; Błonnik pok.: 30.61 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2523.04 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 67.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.06 g; Węglowodany ogółem: 395.55 g; W tym cukry: 83.27 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 7.78 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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
2026-04-09 czwartek	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>) 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 Wafle ryżowe 30 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		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>) Ryz 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 Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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>) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 50 g Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem 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 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	Chleb żytni razowy 65 g (<u>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>) 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 łopatkki 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>) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Salata zielona 10 g				
		Wartość energetyczna: 2501.87 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 376.51 g; W tym cukry: 76.04 g; Błonnik pok.: 32.52 g; Sól: 9.72 g;	Wartość energetyczna: 2131.65 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 313.48 g; W tym cukry: 42.81 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 12.81 g;	Wartość energetyczna: 1501.50 kcal; Białko ogółem: 69.92 g; Tłuszcz: 54.91 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 189.30 g; W tym cukry: 38.23 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2076.21 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.44 g; Węglowodany ogółem: 313.91 g; W tym cukry: 15.24 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2386.64 kcal; Białko ogółem: 120.95 g; Tłuszcz: 65.30 g; Kw. tł. nasy.: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 345.31 g; W tym cukry: 28.37 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 9.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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	
2026-04-10 piątek	Śniadanie	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 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	Zacierka 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	Zacierka 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	
	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>)	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt		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 łopatkki 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: 2565.50 kcal; Białko ogółem: 120.94 g; Tłuszcz: 53.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 418.40 g; W tym cukry: 111.28 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2179.58 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 66.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 296.79 g; W tym cukry: 45.68 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 1596.88 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 38.27 g; Kw. tł. nasy.: 8.99 g; Węglowodany ogółem: 227.63 g; W tym cukry: 61.72 g; Błonnik pok.: 19.14 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 2037.99 kcal; Białko ogółem: 92.70 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.67 g; Węglowodany ogółem: 320.17 g; W tym cukry: 42.52 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2415.01 kcal; Białko ogółem: 99.23 g; Tłuszcz: 49.99 g; Kw. tł. nasy.: 12.24 g; Węglowodany ogółem: 413.72 g; W tym cukry: 111.36 g; Błonnik pok.: 32.08 g; Sól: 7.55 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU PSZ, 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.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) 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 (SEL, GLU OW, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (GLU ŻYT.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 50 g (może zawierać: SOJ, SEL, GOR.) 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, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g 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 (MLE.)	Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Salata zielona 10 g	Maślanka 200 ml (MLE.)	
Obiad	Ziemniaczana 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kalafirowa z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez jai) 100 g (GLU PSZ.) Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 Wafle ryżowe 30 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
Kolejacja	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.) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Paszтет z fasoli* 50 g (GLU PSZ, JAJ.) 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 (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Paszтет z fasoli* 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 65 g (GLU ŻYT.) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Paszтет z fasoli* 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g 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 (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (SOJ.) Pomidor 50 g				
	Wartość energetyczna: 2630.97 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 69.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 403.50 g; W tym cukry: 95.91 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2430.95 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 75.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 353.02 g; W tym cukry: 41.19 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 10.68 g;	Wartość energetyczna: 1719.29 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz: 46.12 g; Kw. tł. nasy.: 9.46 g; Węglowodany ogółem: 254.51 g; W tym cukry: 58.89 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2204.79 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.45 g; Węglowodany ogółem: 317.39 g; W tym cukry: 29.54 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2463.03 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 57.50 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 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 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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	
2026-04-12 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>) 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
2026-04-12 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
2026-04-12 niedziela	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 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>) 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 łopatki 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 łopatki 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>) Połędwica 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: 2425.39 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 359.24 g; W tym cukry: 71.81 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 9.99 g;	Wartość energetyczna: 2104.62 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 75.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 259.69 g; W tym cukry: 26.79 g; Błonnik pok.: 17.91 g; Sól: 11.11 g;	Wartość energetyczna: 1403.21 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 47.80 g; Kw. tł. nasy.: 10.14 g; Węglowodany ogółem: 168.77 g; W tym cukry: 30.57 g; Błonnik pok.: 16.91 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2097.85 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 71.85 g; Kw. tł. nasy.: 13.94 g; Węglowodany ogółem: 278.10 g; W tym cukry: 29.89 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2373.01 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 69.64 g; Kw. tł. nasy.: 12.99 g; Węglowodany ogółem: 372.09 g; W tym cukry: 93.98 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 7.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska	
2026-03-30 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 papryką, kukurydzą i jabłkiem 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 łopatki 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 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>) Dżem 50 g Rolada z łopatki 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- 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	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: 2188.75 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 63.06 g; Kw. tł. nasy.: 21.30 g; Węglowodany ogółem: 333.73 g; W tym cukry: 55.10 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2245.68 kcal; Białko ogółem: 114.61 g; Tłuszcz: 50.89 g; Kw. tł. nasy.: 8.19 g; Węglowodany ogółem: 345.18 g; W tym cukry: 74.69 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2265.33 kcal; Białko ogółem: 73.84 g; Tłuszcz: 71.16 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 347.75 g; W tym cukry: 97.65 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 4.41 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: 32.83 g; Błonnik pok.: 20.82 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2492.24 kcal; Białko ogółem: 84.78 g; Tłuszcz: 82.83 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 367.65 g; W tym cukry: 52.84 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 10.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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
2026-03-31 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	Krem z dyni * 350 ml (<u>GLU PSZ, 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 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	Krem z dyni * (bez glutenu) 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	Krem z dyni * 350 ml (<u>GLU PSZ, 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: 2236.04 kcal; Białko ogółem: 98.83 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 337.02 g; W tym cukry: 41.88 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sól: 7.98 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: 1984.20 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 58.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 305.14 g; W tym cukry: 100.59 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 5.31 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: 45.15 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2534.08 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 392.88 g; W tym cukry: 37.29 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 9.63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-04-01 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	Ziemiaczana (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 100 g Banan 1szt. 1 szt 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 100 g Banan 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Mandarynka 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>) Mandarynka 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>) Miód (25g) 1 szt Rolada z łopatką wieprzowej (bez soli) 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Platki 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	Platki 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 jabłek () 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: 2425.87 kcal; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz: 55.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 387.45 g; W tym cukry: 41.84 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 6.75 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: 2259.87 kcal; Białko ogółem: 116.33 g; Tłuszcz: 73.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 299.56 g; W tym cukry: 63.93 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 3.43 g;	Wartość energetyczna: 1931.50 kcal; Białko ogółem: 56.07 g; Tłuszcz: 39.00 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 360.76 g; W tym cukry: 66.60 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2544.85 kcal; Białko ogółem: 107.83 g; Tłuszcz: 57.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 421.07 g; W tym cukry: 96.30 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sól: 7.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU PSZ, 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 PSZ, SOJ, MLE) 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, GLU PSZ, 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 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 PSZ, 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 Brokuł gotowany* 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) Brokuł gotowany* 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) Brokuł gotowany* 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 łopatkki 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 łopatkki 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 łopatkki 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: 2258.82 kcal; Białko ogółem: 112.85 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 308.26 g; W tym cukry: 44.34 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2468.11 kcal; Białko ogółem: 129.46 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 349.91 g; W tym cukry: 68.06 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2128.84 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 295.99 g; W tym cukry: 71.13 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 3.24 g;	Wartość energetyczna: 1861.31 kcal; Białko ogółem: 61.00 g; Tłuszcz: 43.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.10 g; Węglowodany ogółem: 329.04 g; W tym cukry: 52.38 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2172.35 kcal; Białko ogółem: 79.64 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 346.61 g; W tym cukry: 64.90 g; Błonnik pok.: 35.43 g; Sól: 8.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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
2026-04-03 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		Podpiomyki 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: 340.23 g; W tym cukry: 53.00 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2211.12 kcal; Białko ogółem: 103.87 g; Tłuszcz: 47.80 g; Kw. tł. nasy.: 8.18 g; Węglowodany ogółem: 352.94 g; W tym cukry: 62.67 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2253.42 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 61.69 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 337.30 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: 307.56 g; W tym cukry: 49.17 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2396.59 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 385.98 g; W tym cukry: 56.17 g; Błonnik pok.: 36.73 g; Sól: 8.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 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
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u> <u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>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>) 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>) Serek a`la homogenizowany z ziołami 100 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>) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 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 100 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	Barszcz czerwony z ziemniakami (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	Barszcz czerwony 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>) 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>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 150 g (<u>SOJ, 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 Gulasz warzywny z tofu dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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>) Kotlety z brokuła* 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 brzoskwińowym 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 JEJCZ,</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 brzoskwińowym 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 JEJCZ,</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 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 brzoskwińowym 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: 2217.35 kcal; Białko ogółem: 98.54 g; Tłuszcz: 63.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 333.72 g; W tym cukry: 52.21 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2262.51 kcal; Białko ogółem: 123.11 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.62 g; Węglowodany ogółem: 339.11 g; W tym cukry: 73.09 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 1814.00 kcal; Białko ogółem: 56.87 g; Tłuszcz: 56.86 g; Kw. tł. nasy.: 17.97 g; Węglowodany ogółem: 285.44 g; W tym cukry: 45.14 g; Błonnik pok.: 32.26 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 1443.97 kcal; Białko ogółem: 43.90 g; Tłuszcz: 38.07 g; Kw. tł. nasy.: 14.90 g; Węglowodany ogółem: 247.65 g; W tym cukry: 48.84 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 6.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-04-05 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>) Cwikła z jabłkiem 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI,</u>)	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 Cwikła z jabłkiem 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 Cwikła z jabłkiem 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI,</u>)	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>) Jajko gotowane kl M. 2 szt (<u>JAJ,</u>) Cwikła z jabłkiem 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI,</u>)
	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 Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy (bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany (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 Schab gotowany 100 g 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 Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 50 g Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Żurek z ziemniakami jajkiem i kielbasą () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlety sojowe 90 g (<u>SOJ,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Wafle ryżowe 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) 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 łopatkii wieprzowej pieczona 40 g				
		Wartość energetyczna: 2283.40 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 53.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.29 g; Węglowodany ogółem: 345.72 g; W tym cukry: 49.82 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2093.68 kcal; Białko ogółem: 98.86 g; Tłuszcz: 42.07 g; Kw. tł. nasy.: 8.81 g; Węglowodany ogółem: 342.78 g; W tym cukry: 53.23 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2135.51 kcal; Białko ogółem: 96.43 g; Tłuszcz: 53.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 330.74 g; W tym cukry: 79.67 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 3.14 g;	Wartość energetyczna: 1820.40 kcal; Białko ogółem: 61.75 g; Tłuszcz: 42.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.00 g; Węglowodany ogółem: 305.81 g; W tym cukry: 57.79 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2468.07 kcal; Białko ogółem: 106.06 g; Tłuszcz: 74.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 358.20 g; W tym cukry: 50.78 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sól: 9.70 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-04-06 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>) Salatka jarzynowa - dieta* 150 g (<u>MLE, SEL,</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>) Salatka jarzynowa - dieta* 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 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, GOR,</u>) Salatka jarzynowa - dieta* 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) 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>) Salatka jarzynowa - dieta* 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)
	II śN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				
	Obiad	Rosół z makaronem (bez soli) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>)	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>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>)	Rosół z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Ryż na sypko 200 g Jabłka prażone b/c 150 g 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>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 50 g (<u>SEL,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, 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>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 100 g (<u>SEL,</u>) 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 mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 50 g (<u>SEL,</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 z jaj 30 g (<u>JAJ, 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ser żółty 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: 2273.04 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 330.54 g; W tym cukry: 32.98 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2225.26 kcal; Białko ogółem: 123.15 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tł. nasy.: 11.53 g; Węglowodany ogółem: 331.16 g; W tym cukry: 68.20 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2080.06 kcal; Białko ogółem: 91.23 g; Tłuszcz: 60.36 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 304.28 g; W tym cukry: 63.59 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 2.97 g;	Wartość energetyczna: 1535.48 kcal; Białko ogółem: 58.96 g; Tłuszcz: 35.76 g; Kw. tł. nasy.: 15.62 g; Węglowodany ogółem: 252.34 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sól: 4.76 g;	Wartość energetyczna: 2454.72 kcal; Białko ogółem: 81.97 g; Tłuszcz: 61.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 396.08 g; W tym cukry: 36.98 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 8.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	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 wieprzowa gotowana (bez soli) 100 g 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>) Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta 100 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana 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 100 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>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 15 g (<u>SOJ.</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 15 g (<u>SOJ.</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>) Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta 100 g (<u>GLU PSZ, RYB, 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	Rosół z makaronem (bez soli) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 200 g Pulpet drobiowy (bez soli) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 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>) 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>)	Rosół z makaronem (bez glutenu) 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i jabłkiem 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 50 ml	Bulion warzywny z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 50 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>)	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi ze szpinakiem * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt
	PD		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy (bez soli) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 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>) Suflet mięsno-jarzynowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) 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 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 15 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Dżem 25 g 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatkki 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: 2181.75 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 41.81 g; Kw. tł. nasy.: 7.57 g; Węglowodany ogółem: 384.22 g; W tym cukry: 65.94 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 98.01 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 325.40 g; W tym cukry: 78.36 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 2.81 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: 2463.98 kcal; Białko ogółem: 83.37 g; Tłuszcz: 58.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 415.55 g; W tym cukry: 104.43 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 8.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-04-08 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>) Połędwica 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>) Miód (25g) 2 szt 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: 2467.06 kcal; Białko ogółem: 113.50 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 354.92 g; W tym cukry: 52.18 g; Błonnik pok.: 29.96 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2370.17 kcal; Białko ogółem: 128.59 g; Tłuszcz: 66.14 g; Kw. tł. nasy.: 13.65 g; Węglowodany ogółem: 328.15 g; W tym cukry: 77.04 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2200.37 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 76.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 308.42 g; W tym cukry: 49.59 g; Błonnik pok.: 31.95 g; Sól: 1.68 g;	Wartość energetyczna: 1985.10 kcal; Białko ogółem: 57.14 g; Tłuszcz: 58.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.22 g; Węglowodany ogółem: 319.84 g; W tym cukry: 41.92 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 4.73 g;	Wartość energetyczna: 2443.61 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 80.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 379.54 g; W tym cukry: 55.44 g; Błonnik pok.: 43.30 g; Sól: 8.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska	
2026-04-09 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 60 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 udzka 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 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 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>) Szykowa dębowa drobiowa kielbasa 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: 2314.67 kcal; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 65.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 342.03 g; W tym cukry: 48.23 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 2348.81 kcal; Białko ogółem: 127.85 g; Tłuszcz: 62.19 g; Kw. tł. nasy.: 13.30 g; Węglowodany ogółem: 333.64 g; W tym cukry: 68.81 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 1960.61 kcal; Białko ogółem: 59.66 g; Tłuszcz: 57.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 309.00 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: 272.70 g; W tym cukry: 33.76 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 4.52 g;	Wartość energetyczna: 2697.73 kcal; Białko ogółem: 93.25 g; Tłuszcz: 102.82 g; Kw. tł. nasy.: 41.46 g; Węglowodany ogółem: 375.79 g; W tym cukry: 40.05 g; Błonnik pok.: 38.61 g; Sól: 11.41 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2026-04-10 piątek	Śniadanie	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) 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>) Ryba faszzerowana (dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</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>) Dżem 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) 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>) Dżem 50 g Twarożek 30 g (<u>MLE,</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>) Dżem 50 g Twarożek 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 ryżem (bez soli) 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) (bez soli) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy *(bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku* (bez soli) 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 Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) 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 (<u>MLE, 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* (bez glutenu) 150 g (<u>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 Ryba pieczona (Morszczuk) 50 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	Pomidorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlety sojowe 90 g (<u>SOJ,</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		Jabłko pieczone 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Podpłomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kasza kukurydziana 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	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</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 Chrupki kukurydziane 30 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Dżem 50 g Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Podpłomyki 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 Podpłomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Schab gotowany 40 g				
		Wartość energetyczna: 2149.47 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 60.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 310.48 g; W tym cukry: 36.46 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 2248.87 kcal; Białko ogółem: 127.26 g; Tłuszcz: 47.24 g; Kw. tł. nasy.: 8.68 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; W tym cukry: 72.70 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2261.94 kcal; Białko ogółem: 81.93 g; Tłuszcz: 57.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; Węglowodany ogółem: 368.35 g; W tym cukry: 115.85 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 2.73 g;	Wartość energetyczna: 1558.92 kcal; Białko ogółem: 57.30 g; Tłuszcz: 36.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; Węglowodany ogółem: 260.59 g; W tym cukry: 60.84 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sól: 3.96 g;	Wartość energetyczna: 2084.67 kcal; Białko ogółem: 86.54 g; Tłuszcz: 46.79 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 348.68 g; W tym cukry: 54.90 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sól: 7.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

		BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska	
2026-04-11 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, MLE, 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 brokuła * 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 brokuła * 50 g Pasztet 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 łopatkki wieprzowej pieczona 40 g					
		Wartość energetyczna: 2361.64 kcal; Białko ogółem: 115.42 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 331.75 g; W tym cukry: 44.20 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2256.47 kcal; Białko ogółem: 123.55 g; Tłuszcz: 54.31 g; Kw. tł. nasy.: 10.49 g; Węglowodany ogółem: 329.93 g; W tym cukry: 60.18 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 1955.96 kcal; Białko ogółem: 85.20 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 259.43 g; W tym cukry: 30.88 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 2.46 g;	Wartość energetyczna: 1501.62 kcal; Białko ogółem: 44.94 g; Tłuszcz: 44.71 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 243.66 g; W tym cukry: 38.88 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 3.94 g;	Wartość energetyczna: 2279.50 kcal; Białko ogółem: 69.67 g; Tłuszcz: 76.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 348.05 g; W tym cukry: 46.21 g; Błonnik pok.: 33.10 g; Sól: 7.36 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIAŁYSTOK SIENKIEWICZA

	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Z ogr. tł.(trzustkowa)	BIAL- WSZ Bezglutenowa	BIAL- WSZ Niskobiałkowa	BIAL- WSZ Wegetariańska	
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) 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.) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL. może zawierać: RYB, MCK.) 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	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 50 g (JAJ, SEL.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL. może zawierać: RYB, MCK.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 15 g (SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE.) 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 (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 200 g Schab gotowany (bez soli) 100 g Sos własny (bez soli) 50 ml (GLU PSZ.) Ratatouille z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab sous-vide 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ratatouille z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* 350 ml (MLE, SEL.) 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 (SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab sous-vide 50 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ratatouille z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Pierogi z truskawkami * 200 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		
	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.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) 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 (SEL.) 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.) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna podlaska 48g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 75 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
PN		Chleb tostowy pszenny 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g				
	Wartość energetyczna: 2275.69 kcal; Białko ogółem: 102.03 g; Tłuszcz: 83.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 296.15 g; W tym cukry: 41.93 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2296.06 kcal; Białko ogółem: 103.93 g; Tłuszcz: 73.63 g; Kw. tł. nasy.: 12.17 g; Węglowodany ogółem: 315.62 g; W tym cukry: 66.87 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2216.69 kcal; Białko ogółem: 82.46 g; Tłuszcz: 85.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 291.39 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sól: 2.87 g;	Wartość energetyczna: 1676.93 kcal; Białko ogółem: 45.05 g; Tłuszcz: 55.19 g; Kw. tł. nasy.: 15.07 g; Węglowodany ogółem: 261.61 g; W tym cukry: 48.09 g; Błonnik pok.: 19.17 g; Sól: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2210.97 kcal; Białko ogółem: 80.51 g; Tłuszcz: 66.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.70 g; Węglowodany ogółem: 336.16 g; W tym cukry: 67.85 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 7.84 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,