

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Vegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria	
2024-04-29 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Banan 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ogórek świeży 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Ogórek świeży 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 70 g (SOJ,) Pasta warzywna* 40 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Ogórek świeży 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Banan 1szt. 1 szt
		II ŚN		Chipsy z selera 50 g (SEL,)		Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt	Biskvoty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)	
2024-04-29 poniedziałek	Obiad	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Naleśniki z ruskim nadzieniem + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Sos pieczarkowy + 100 g (MLE,) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + bez cukru 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Makarony z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Mus truskawkowy + 100 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Schab pieczony cały + 100 g Sos własny + 100 g (SOJ,) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + bez cukru 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Naleśniki z ruskim nadzieniem + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Sos pieczarkowy + 100 g (MLE,) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + bez cukru 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * MIX 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Puree ziemniaczane + 200 g (MLE,) Schab pieczony cały + rozdrobniony 100 g Sos własny + 100 g (SOJ,) Fasolka szparagowa żółta + puree 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Naleśniki z ruskim nadzieniem + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Sos pieczarkowy + 100 g (MLE,) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + bez cukru 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Makarony z serem 350 g (GLU PSZ, MLE,) Mus truskawkowy + 100 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	
2024-04-29 poniedziałek	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE,) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE,) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE,) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE,) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE,) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE,) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE,) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,)	Banan 1szt. 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,)	
		Wartość energetyczna: 2644.32 kcal; Białko ogółem: 79.61 g; Tłuszcz: 89.81 g; Kw. tł. nasy.: 38.20 g; Węglowodany ogółem: 389.41 g; W tym cukry: 121.91 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 13.30 g;	Wartość energetyczna: 2631.29 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 423.62 g; W tym cukry: 148.30 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2029.01 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; Węglowodany ogółem: 265.21 g; W tym cukry: 38.02 g; Błonnik pok.: 42.54 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2746.72 kcal; Białko ogółem: 76.92 g; Tłuszcz: 99.13 g; Kw. tł. nasy.: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 398.45 g; W tym cukry: 123.89 g; Błonnik pok.: 33.36 g; Sól: 12.87 g;	Wartość energetyczna: 2517.67 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 81.90 g; Kw. tł. nasy.: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 371.10 g; W tym cukry: 113.63 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2900.55 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 96.91 g; Kw. tł. nasy.: 40.23 g; Węglowodany ogółem: 429.21 g; W tym cukry: 131.50 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 14.55 g;	Wartość energetyczna: 2916.93 kcal; Białko ogółem: 109.44 g; Tłuszcz: 72.38 g; Kw. tł. nasy.: 35.40 g; Węglowodany ogółem: 465.89 g; W tym cukry: 150.23 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sól: 8.70 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria	
2024-04-30 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Papryka konserwowa 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 60 g (SOJ, GOR.) Papryka konserwowa 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 70 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Papryka konserwowa 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g
	II ŚN		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		
	Obiad	Krem z białych warzyw + 300 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Połędwiczka z kurczaka parowana + 120 g Salsa pomidorowa + 120 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw + 300 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Połędwiczka z kurczaka parowana + 120 g Sos pomidorowy + 120 g Marchewka mini gotowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw + 300 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Połędwiczka z kurczaka parowana + 120 g Salsa pomidorowa + 120 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw + 300 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Burger z soczewicy pieczony + 80 g (MLE.) Salsa pomidorowa + 120 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw + 300 ml (SOJ, SEL.) Puree ziemniaczane + 200 g (MLE.) Połędwiczka z kurczaka parowana + rozdrobniona 120 g Sos pomidorowy + 120 g Marchewka mini gotowana + puree 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw + 400 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 300 g Połędwiczka z kurczaka parowana + 120 g Salsa pomidorowa + 120 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw + 400 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 300 g Połędwiczka z kurczaka parowana + 120 g Sos pomidorowy + 120 g Marchewka mini gotowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 40 g		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Powidła śliwkowe 50 g Serek Fromage 70 g (GLU PSZ, MLE.) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z warzyw i szynki drobiowej 50 g (SOJ, SEL.) Dynia z wody puree 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)		Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)		Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)		
		Wartość energetyczna: 2144.18 kcal; Białko ogółem: 96.51 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 313.56 g; W tym cukry: 71.98 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 14.04 g;	Wartość energetyczna: 2030.14 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 45.78 g; Kw. tł. nasy.: 17.62 g; Węglowodany ogółem: 307.89 g; W tym cukry: 76.10 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sól: 12.12 g;	Wartość energetyczna: 2333.13 kcal; Białko ogółem: 111.11 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 329.60 g; W tym cukry: 61.80 g; Błonnik pok.: 43.14 g; Sól: 14.12 g;	Wartość energetyczna: 2390.12 kcal; Białko ogółem: 58.60 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 35.70 g; Węglowodany ogółem: 354.00 g; W tym cukry: 90.01 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 10.69 g;	Wartość energetyczna: 2314.80 kcal; Białko ogółem: 76.16 g; Tłuszcz: 64.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 362.04 g; W tym cukry: 135.89 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sól: 11.14 g;	Wartość energetyczna: 2599.82 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 395.60 g; W tym cukry: 105.49 g; Błonnik pok.: 32.68 g; Sól: 16.22 g;	Wartość energetyczna: 2485.45 kcal; Białko ogółem: 112.23 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 389.86 g; W tym cukry: 109.55 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 14.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria
Śniadanie	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomarańcza 250g 1 szt Ogórek świeży 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z warzyw i szynki drobiowej 50 g (SEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Ogórek świeży 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pasta z warzyw i szynki drobiowej 50 g (SEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z warzyw i szynki drobiowej 50 g (SEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 5 g		Banan 1/2 szt. 1 Por	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 5 g	
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż gotowany na sypko + 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos własny + 100 g (SOJ.) Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami + 300 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ryż gotowany na sypko + 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos własny + 100 g (SOJ.) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż gotowany na sypko + 200 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos własny + 100 g (SOJ.) Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kokosowy dał z zieloną soczewicą + 300 g (MLE, GOR, SOJ.) Ryż gotowany na sypko + 200 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami + MIX 300 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE.) Bitka z szynki wieprzowej - rozdrobniona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny + 100 g (SOJ.) Szpinak gotowany z olejem + puree 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż gotowany na sypko + 250 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos własny + 100 g (SOJ.) Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami + 400 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ryż gotowany na sypko + 250 g Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos własny + 100 g (SOJ.) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Kasza manna na mleku z cynamonem b/c 200 ml (GLU PSZ, MLE.)		Kasza manna na mleku z cynamonem mix 200 ml (GLU PSZ, MLE.)	Kasza manna na mleku z cynamonem 200 ml (GLU PSZ, MLE.)	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet z fasoli* 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE.) Pasta warzywna* 40 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet z fasoli* 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE.) Pasta z brokuła * 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet z fasoli* 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE.) Pasta warzywna* 40 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwini 100g (tubka) 1 szt Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwini 100g (tubka) 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.) Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwini 100g (tubka) 1 szt Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwini 100g (tubka) 1 szt Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwini 100g (tubka) 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2818.82 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 92.81 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 405.98 g; W tym cukry: 99.37 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sól: 12.79 g;	Wartość energetyczna: 2473.08 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 363.88 g; W tym cukry: 80.68 g; Błonnik pok.: 21.30 g; Sól: 10.78 g;	Wartość energetyczna: 2831.61 kcal; Białko ogółem: 118.86 g; Tłuszcz: 106.32 g; Kw. tł. nasy.: 39.11 g; Węglowodany ogółem: 364.85 g; W tym cukry: 57.58 g; Błonnik pok.: 49.46 g; Sól: 13.00 g;	Wartość energetyczna: 2927.71 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 99.87 g; Kw. tł. nasy.: 41.22 g; Węglowodany ogółem: 430.34 g; W tym cukry: 106.66 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sól: 13.80 g;	Wartość energetyczna: 2482.84 kcal; Białko ogółem: 102.90 g; Tłuszcz: 73.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 363.57 g; W tym cukry: 104.74 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 3222.72 kcal; Białko ogółem: 119.63 g; Tłuszcz: 104.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 464.39 g; W tym cukry: 108.50 g; Błonnik pok.: 34.21 g; Sól: 15.29 g;	Wartość energetyczna: 2899.97 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 85.49 g; Kw. tł. nasy.: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 426.39 g; W tym cukry: 90.09 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 13.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria	
2024-05-02 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Marchew gotowana talarki 40 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Marchew gotowana talarki 40 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Marchew talarki 40 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Marchew gotowana talarki 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Marchew gotowana talarki 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Marchew gotowana talarki 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Marchew gotowana talarki 40 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.)
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	
	Obiad	Ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Pulpeciki wieprzowe z nadzieniem pomidorowym + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos brokułowy- dieta + 100 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej (dieta) + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Pulpeciki wieprzowe z nadzieniem pomidorowym + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos brokułowy- dieta + 100 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej (dieta) + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty C&C 200 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy z serem białym + 150 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej (dieta) + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Pulpeciki wieprzowe z nadzieniem pomidorowym + rozdrobnione 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos brokułowy- dieta + 100 g (MLE) Dynia z wody - puree 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Pulpeciki wieprzowe z nadzieniem pomidorowym + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos brokułowy- dieta + 100 g (MLE) Surówka z kapusty włoskiej (dieta) + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		
	PD		Kefir 2 % tł200g 1 szt (MLE)		Galaretką jogurtowa o smaku cytrynowym 200 g (MLE)			
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z fasoli 70 g Surówka z rzodkwi. 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z wędliną drob wp i koperkiem. 70 g Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Surówka z rzodkwi. 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Banan 1szt. 1 szt	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.) Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2200.50 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz: 65.42 g; Kw. tł. nasy.: 28.56 g; Węglowodany ogółem: 309.01 g; W tym cukry: 56.95 g; Błonnik pok.: 46.35 g; Sól: 11.76 g;	Wartość energetyczna: 2186.77 kcal; Białko ogółem: 90.30 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 310.73 g; W tym cukry: 57.15 g; Błonnik pok.: 36.73 g; Sól: 10.26 g;	Wartość energetyczna: 2185.08 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 68.54 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 291.46 g; W tym cukry: 41.58 g; Błonnik pok.: 56.53 g; Sól: 12.07 g;	Wartość energetyczna: 2344.43 kcal; Białko ogółem: 68.92 g; Tłuszcz: 78.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 330.73 g; W tym cukry: 57.41 g; Błonnik pok.: 53.22 g; Sól: 10.80 g;	Wartość energetyczna: 2234.28 kcal; Białko ogółem: 84.04 g; Tłuszcz: 53.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 360.98 g; W tym cukry: 121.80 g; Błonnik pok.: 21.04 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2546.85 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 386.69 g; W tym cukry: 91.04 g; Błonnik pok.: 44.66 g; Sól: 12.78 g;	Wartość energetyczna: 2533.12 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 61.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 388.41 g; W tym cukry: 91.24 g; Błonnik pok.: 35.04 g; Sól: 11.27 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku MIX 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Dżem 50 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE.) Salata zielona 5 g		Chrupki kukurydziane 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE.) Salata zielona 5 g	Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE.) Salata zielona 5 g
2024-05-03 piątek	Obiad	Brokułowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salatka z buraczków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Morszczuk pieczony w posypce ziołowej + 100 g (RYB.) Salatka z buraczków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Płatki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jogurtowo-czosnkowy 100 g (MLE.) Salatka z buraczków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE.) Morszczuk pieczony w posypce ziołowej + rozdrobniony 100 g (RYB.) Sos cytrynowy + 80 g (MLE.) Buraczki gotowane - puree 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salatka z buraczków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Morszczuk pieczony w posypce ziołowej + 100 g (RYB.) Salatka z buraczków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo pomidorowy 60 g (MLE.)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE.)
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Salatka z pomidorów b/skórki i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.) Chipsy z jabłka 18g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chipsy z jabłka 18g 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.) Chipsy z jabłka 18g 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.) Chipsy z jabłka 18g 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.) Chipsy z jabłka 18g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2451.20 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 70.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 362.98 g; W tym cukry: 109.86 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 10.68 g;	Wartość energetyczna: 2439.18 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 65.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 365.51 g; W tym cukry: 113.65 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2211.14 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 33.94 g; Węglowodany ogółem: 287.35 g; W tym cukry: 34.50 g; Błonnik pok.: 40.58 g; Sól: 13.26 g;	Wartość energetyczna: 2500.14 kcal; Białko ogółem: 67.36 g; Tłuszcz: 82.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 382.70 g; W tym cukry: 115.16 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2644.16 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 70.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 399.17 g; W tym cukry: 107.57 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2807.94 kcal; Białko ogółem: 116.66 g; Tłuszcz: 81.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 413.47 g; W tym cukry: 128.49 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sól: 12.75 g;	Wartość energetyczna: 2795.93 kcal; Białko ogółem: 117.32 g; Tłuszcz: 76.40 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 415.99 g; W tym cukry: 132.28 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 11.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria	
2024-05-04 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g Serek twarogowy homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Pomidor 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Pomidor b/skórki 40 g
2024-05-04 sobota	Obiad	Krem z dyni + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron spaghetti + 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z wierzwiną dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ziarna słonecznika prażone + 10 g	Krem z dyni + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron spaghetti + 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z wierzwiną dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ziarna słonecznika prażone + 10 g	Krem z dyni + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron pełnoziarnisty C&C 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z wierzwiną dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Ziarna słonecznika prażone + 10 g	Krem z dyni + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Pyza z farszem szpinakowym z serem + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ziarna słonecznika prażone + 10 g	Krem z dyni + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Sos boloński z wierzwiną dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany + puree 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z dyni + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron spaghetti + 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z wierzwiną dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ziarna słonecznika prażone + 10 g	Krem z dyni + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron spaghetti + 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z wierzwiną dieta + 200 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ziarna słonecznika prażone + 10 g
		PD		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
2024-05-04 sobota	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Papryka konserwowa 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wędzona z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Papryka konserwowa 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Papryka konserwowa 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z warzyw i szynki drobiowej 70 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Papryka konserwowa 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wędzona z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Ciastko owsiane 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, OZI, GLU OW.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Stupki z marchewki 50 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Ciastko owsiane 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, OZI, GLU OW.</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Ciastko owsiane 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, OZI, GLU OW.</u>)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Ciastko owsiane 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, OZI, GLU OW.</u>)
		Wartość energetyczna: 2678.98 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 84.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; Węglowodany ogółem: 390.71 g; W tym cukry: 92.18 g; Błonnik pok.: 35.54 g; Sól: 10.92 g;	Wartość energetyczna: 2561.74 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 371.24 g; W tym cukry: 92.54 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2438.24 kcal; Białko ogółem: 109.26 g; Tłuszcz: 81.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 332.63 g; W tym cukry: 52.11 g; Błonnik pok.: 55.48 g; Sól: 12.11 g;	Wartość energetyczna: 2634.90 kcal; Białko ogółem: 72.77 g; Tłuszcz: 82.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 410.80 g; W tym cukry: 88.90 g; Błonnik pok.: 37.58 g; Sól: 10.94 g;	Wartość energetyczna: 2224.32 kcal; Białko ogółem: 79.65 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 351.76 g; W tym cukry: 125.59 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2889.71 kcal; Białko ogółem: 114.25 g; Tłuszcz: 92.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 414.13 g; W tym cukry: 93.43 g; Błonnik pok.: 36.89 g; Sól: 12.19 g;	Wartość energetyczna: 2772.14 kcal; Białko ogółem: 124.45 g; Tłuszcz: 82.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 394.59 g; W tym cukry: 93.73 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 10.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria	
2024-05-05 niedziela	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Dżem 50 g Ogórek świeży 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Dżem 50 g Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek świeży 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pastą z brokuła * 50 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Dżem 50 g Ogórek świeży 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Dżem 50 g Ogórek świeży 40 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 300 ml (<u>SOJ, SÉL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaczki pieczone z ziołami + 200 g Filet z indyka jogurtowo-cytrynowy porcja + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i orzechów b/c + 100 g (<u>MLE, ORZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 300 ml (<u>SOJ, SÉL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaczki gotowane z koperkiem + 200 g Filet z indyka jogurtowo-cytrynowy porcja + 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 300 ml (<u>SOJ, SÉL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaczki gotowane z koperkiem + 200 g Filet z indyka jogurtowo-cytrynowy porcja + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i orzechów b/c + 100 g (<u>MLE, ORZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 300 ml (<u>SOJ, SÉL, GLU JĘCZ.</u>) kotlety ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip czosnkowy 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i orzechów b/c + 100 g (<u>MLE, ORZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + MIX 300 ml (<u>SOJ, SÉL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaczki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Filet z indyka pieczony - rozdrobniony 100 g Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych + puree 100 g	Krupnik jęczmienny + 400 ml (<u>SOJ, SÉL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaczki pieczone z ziołami + 200 g Filet z indyka jogurtowo-cytrynowy porcja + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i orzechów b/c + 100 g (<u>MLE, ORZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 ml (<u>SOJ, SÉL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaczki gotowane z koperkiem + 200 g Filet z indyka jogurtowo-cytrynowy porcja + 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pastą z wędliną drob i natką pietruszki 70 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)		Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2051.70 kcal; Białko ogółem: 82.44 g; Tłuszcz: 52.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 325.38 g; W tym cukry: 78.09 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2017.16 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 324.29 g; W tym cukry: 76.31 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2057.55 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 56.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 299.82 g; W tym cukry: 34.51 g; Błonnik pok.: 45.29 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2389.34 kcal; Białko ogółem: 64.39 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 374.68 g; W tym cukry: 82.44 g; Błonnik pok.: 30.68 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2187.52 kcal; Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 341.98 g; W tym cukry: 74.23 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2439.89 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 373.95 g; W tym cukry: 99.51 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 10.77 g;	Wartość energetyczna: 2450.55 kcal; Białko ogółem: 109.03 g; Tłuszcz: 58.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 383.46 g; W tym cukry: 97.89 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 9.80 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria	
2024-05-06 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pasta z brokuła * 50 g Rzodkiew biała 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Pasta z brokuła * 70 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Pasta z brokuła * 40 g
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE.) Papryka świeża 40 g		Sok jabłkowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Krem z kalafiora + 300 g (SOJ, SEL.) Platki kukurydziane 15g + 1 Por Ryż gotowany na sypko + 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą z pieczarkami, papryką i cukinią* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty włoskiej (dieta) + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z kalafiora + 300 g (SOJ, SEL.) Platki kukurydziane 15g + 1 Por Ryż gotowany na sypko + 200 g Pulpet drobiowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 100 g Dyńka pieczona + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z kalafiora + 300 g (SOJ, SEL.) Platki kukurydziane 15g + 1 Por Ryż brązowy na sypko + 200 g Pulpet drobiowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z kapusty włoskiej (dieta) + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z kalafiora + 300 g (SOJ, SEL.) Platki kukurydziane 15g + 1 Por Naleśnik z serem białym + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Polewka truskawkowa 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z kalafiora + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE.) Pulpet drobiowy + rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 100 g Dyńka pieczona + puree 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z kalafiora + 400 g (SOJ, SEL.) Platki kukurydziane 15g + 1 Por Ryż gotowany na sypko + 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą z pieczarkami, papryką i cukinią* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty włoskiej (dieta) + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z kalafiora + 400 g (SOJ, SEL.) Platki kukurydziane 15g + 1 Por Ryż gotowany na sypko + 200 g Pulpet drobiowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Dyńka pieczona + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)			
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Banan 1szt. 1 szt Orzechy włoskie łuskane 15 g (ORZ.)	Banan 1szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt Orzechy włoskie łuskane 15 g (ORZ.)	Banan 1szt. 1 szt Orzechy włoskie łuskane 15 g (ORZ.)	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Orzechy włoskie łuskane 15 g (ORZ.)	Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2416.90 kcal; Białko ogółem: 87.12 g; Tłuszcz: 58.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 401.93 g; W tym cukry: 99.56 g; Błonnik pok.: 35.79 g; Sól: 11.73 g;	Wartość energetyczna: 2438.48 kcal; Białko ogółem: 106.87 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw. tł. nasy.: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 389.29 g; W tym cukry: 97.11 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 11.42 g;	Wartość energetyczna: 2398.40 kcal; Białko ogółem: 111.48 g; Tłuszcz: 73.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 336.98 g; W tym cukry: 52.45 g; Błonnik pok.: 47.52 g; Sól: 12.06 g;	Wartość energetyczna: 2436.21 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 369.47 g; W tym cukry: 128.14 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2567.31 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 62.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 419.63 g; W tym cukry: 154.97 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2791.47 kcal; Białko ogółem: 102.42 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 456.68 g; W tym cukry: 126.03 g; Błonnik pok.: 38.19 g; Sól: 13.80 g;	Wartość energetyczna: 2794.77 kcal; Białko ogółem: 122.31 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 440.78 g; W tym cukry: 121.01 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 13.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria	
2024-05-07 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wędzona, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* puree 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Miód (25g) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor b/skórki 40 g
		II ŚN		Chipsy z selera 50 g (<u>SEL,</u>)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
2024-05-07 wtorek	Obiad	Krem z pomidorów + 300 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Ser mozzarella 10 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Kotlet Schabowy panierowany + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z czarnej rzepy z czarnuszką + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z pomidorów + 300 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Ser mozzarella 10 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 100 g (<u>SOJ,</u>) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z pomidorów + 300 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Ser mozzarella 10 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 100 g Surówka z czarnej rzepy z czarnuszką + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z pomidorów + 300 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Ser mozzarella 10 g (<u>MLE,</u>) Gulasz z boczniaków, dyni i soczewicy + 200 g (<u>SOJ,</u>) Surówka z czarnej rzepy z czarnuszką + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z pomidorów + 300 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Pulpet wieprzowy rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny + 100 g (<u>SOJ,</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () puree 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z pomidorów + 400 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Ser mozzarella 10 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Kotlet Schabowy panierowany + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny + 100 g (<u>SOJ,</u>) Surówka z czarnej rzepy z czarnuszką + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z pomidorów + 400 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Ser mozzarella 10 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 100 g (<u>SOJ,</u>) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Sałata zielona 5 g		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 g	
2024-05-07 wtorek	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, 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>) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, 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>) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR,</u>) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z wędliną drob i natką pietruszki 60 g Banan 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, 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>) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		PN	Słupki z selera naciowego 50 g (<u>SEL,</u>) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)			Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)	Słupki z selera naciowego 50 g (<u>SEL,</u>) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)	
	Wartość energetyczna: 2355.75 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 65.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 353.69 g; W tym cukry: 81.28 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 10.08 g;	Wartość energetyczna: 2139.93 kcal; Białko ogółem: 83.23 g; Tłuszcz: 48.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 350.35 g; W tym cukry: 84.77 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2223.83 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 80.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 287.91 g; W tym cukry: 62.15 g; Błonnik pok.: 46.28 g; Sól: 10.64 g;	Wartość energetyczna: 2128.59 kcal; Białko ogółem: 56.35 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; Węglowodany ogółem: 314.23 g; W tym cukry: 83.95 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 10.73 g;	Wartość energetyczna: 2621.56 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 60.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 432.55 g; W tym cukry: 142.16 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 2731.46 kcal; Białko ogółem: 108.23 g; Tłuszcz: 76.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 405.13 g; W tym cukry: 93.69 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 12.09 g;	Wartość energetyczna: 2449.17 kcal; Białko ogółem: 99.79 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 393.62 g; W tym cukry: 96.60 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 9.31 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria	
2024-05-08 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Serek Fromage 70 g (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt Pomidor 40 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<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 b/skórki 40 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Serek Fromage 70 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kiwi 1 szt 1 szt Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt Serek Fromage 70 g (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Pomidor 40 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g
		II SN		Chleb razowy żytnio-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 świeży 40 g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 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 świeży 40 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g
2024-05-08 środa	Obiad	Grochowa z ziemniakami + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Pulpet drobiowy + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Pulpet drobiowy + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Pulpet drobiowy + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Warzywa stir fry z tofu + 150 g (<u>SOJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką + MIX 300 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Pulpet drobiowy + rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy + 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem* puree 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Pulpet drobiowy + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Pulpet drobiowy + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
2024-05-08 środa	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Papryka konserwowa 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Papryka konserwowa 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Papryka konserwowa 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 70 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Papryka konserwowa 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Salata zielona 10 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)
		PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 30 g			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2468.07 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 73.34 g; Kw. tł. nasy.: 37.49 g; Węglowodany ogółem: 373.48 g; W tym cukry: 79.93 g; Błonnik pok.: 34.62 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2314.06 kcal; Białko ogółem: 92.79 g; Tłuszcz: 52.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 377.17 g; W tym cukry: 89.15 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2349.55 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz: 78.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 317.79 g; W tym cukry: 24.70 g; Błonnik pok.: 46.69 g; Sól: 9.74 g;	Wartość energetyczna: 2510.32 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 84.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 363.01 g; W tym cukry: 83.77 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sól: 9.58 g;	Wartość energetyczna: 2473.98 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz: 62.43 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 395.15 g; W tym cukry: 112.10 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2985.30 kcal; Białko ogółem: 112.74 g; Tłuszcz: 92.20 g; Kw. tł. nasy.: 46.77 g; Węglowodany ogółem: 440.49 g; W tym cukry: 118.00 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2814.59 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 71.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 440.85 g; W tym cukry: 127.08 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 10.38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Vegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria	
2024-05-09 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 130 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) Pomidła śliwkowe 30 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Pasta warzywna* 50 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g
	II ŚN		Talarki z marchewki 50 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Talarki z marchewki 50 g		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Sałatka z buraczków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ)	Szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sałatka z buraczków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ)	Szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 300 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sałatka z buraczków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ)	Szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Sos a'la boloński z zieloną soczewicą + 200 g (SEL) Makaron spaghetti + 200 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ)	Szpinakowa z ziemniakami + MIX 300 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany zmielony 100 g Buraczki gotowane puree 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sałatka z buraczków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ)	
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Kasza manna z musem z owoców 200 g (GLU PSZ, MLE)		
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 130 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 60 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Banan 1szt. 1 szt Ciastko owsiane 50 g (GLUPSZ, JAJ, OZI, GLU OW.)		Pomarańcza 250g 1 szt Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ.)	Banan 1szt. 1 szt Ciastko owsiane 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, GLU OW.)	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Ciastko owsiane 50 g (GLUPSZ, JAJ, OZI, GLU OW.)		
	Wartość energetyczna: 2331.20 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 352.51 g; W tym cukry: 94.07 g; Błonnik pok.: 34.45 g; Sól: 12.05 g;	Wartość energetyczna: 2297.25 kcal; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 53.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 355.86 g; W tym cukry: 104.39 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2164.61 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 55.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.51 g; Węglowodany ogółem: 320.74 g; W tym cukry: 57.79 g; Błonnik pok.: 49.86 g; Sól: 12.06 g;	Wartość energetyczna: 2673.17 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 413.43 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 11.36 g;	Wartość energetyczna: 2435.67 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 48.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 403.81 g; W tym cukry: 118.02 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2527.46 kcal; Białko ogółem: 111.60 g; Tłuszcz: 64.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 386.05 g; W tym cukry: 105.03 g; Błonnik pok.: 38.56 g; Sól: 13.17 g;	Wartość energetyczna: 2493.52 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 57.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 389.41 g; W tym cukry: 115.36 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sól: 10.81 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria
Śniadanie	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE ,) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Papryka świeża 40 g	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE ,) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE ,) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE ,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE ,) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Papryka świeża 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE ,) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE ,) Miód (25g) 1 szt Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 10 g	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE ,) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Papryka świeża 40 g	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE ,) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE ,) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 10 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Pasta z warzyw i szynki drobiowej 30 g (SOJ, SEL ,) Salata zielona 5 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Pasta z warzyw i szynki drobiowej 30 g (SOJ, SEL ,) Salata zielona 5 g	Pasta z warzyw i szynki drobiowej 30 g (SOJ, SEL ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Salata zielona 5 g
2024-05-10 piątek Obiad	Ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL ,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Morszczuk pieczony w posypce zielowej + 100 g (RYB ,) Sos koperkowy + 100 g (MLE, GOR ,) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (MLE, SO2 ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL ,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Morszczuk pieczony w posypce zielowej + 100 g (RYB ,) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL ,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Morszczuk pieczony w posypce zielowej + 100 g (RYB ,) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (MLE, SO2 ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL ,) Pierogi z truskawkami * 300 g (GLU PSZ ,) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL ,) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE ,) Pulpet rybny (Miruna) + rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB ,) Szpinak gotowany z olejem + puree 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL ,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Morszczuk pieczony w posypce zielowej + 100 g (RYB ,) Sos koperkowy + 100 g (MLE, GOR ,) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (MLE, SO2 ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL ,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Morszczuk pieczony w posypce zielowej + 100 g (RYB ,) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE ,)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE ,)		
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Ser żółty 50 g (MLE ,) Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 70 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL ,)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL ,)
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2429.30 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 390.35 g; W tym cukry: 87.99 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 2455.72 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 61.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 383.50 g; W tym cukry: 82.74 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2332.39 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 70.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 331.05 g; W tym cukry: 50.86 g; Błonnik pok.: 40.82 g; Sól: 13.43 g;	Wartość energetyczna: 2720.40 kcal; Białko ogółem: 75.53 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 445.48 g; W tym cukry: 104.76 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2594.09 kcal; Białko ogółem: 104.10 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 402.02 g; W tym cukry: 84.95 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2874.58 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 459.58 g; W tym cukry: 114.87 g; Błonnik pok.: 34.26 g; Sól: 13.39 g;	Wartość energetyczna: 2900.99 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 452.73 g; W tym cukry: 109.61 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 11.07 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw. tłuszczowych	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria	
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (SEL) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Szpinak baby 20 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 30 g Pomidor b/skórki 40 g Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (SEL) Pomidor b/skórki 40 g Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Szpinak baby 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Hummus 50 g (SEZ) Dżem 30 g Ogórek kiszony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Szpinak baby 20 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE) Pasta z brokuła * 40 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (SEL) Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek kiszony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Szpinak baby 20 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 30 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Szpinak baby 20 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 30 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Szpinak baby 20 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g		Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g		
2024-05-11 sobota	Obiad	Krem z selera + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ) Kasza gryczana ciemna + 200 g Klopsik drobiowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos cygański + 100 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z selera + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JĘCZ.) Klopsik drobiowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy + 100 g (MLE) Dyńia parowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z selera + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ) Kasza gryczana ciemna + 200 g Klopsik drobiowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos cygański + 100 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z selera + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami i tofu 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z selera + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE) Klopsik drobiowy + rozdrobniony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy + 100 g (MLE) Dyńia parowana + puree 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z selera + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ) Kasza gryczana ciemna + 200 g Klopsik drobiowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos cygański + 100 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z selera + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JĘCZ.) Klopsik drobiowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy + 100 g (MLE) Dyńia parowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Galaretki jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (MLE)		
PN	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów. 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów. 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu brązowego i brokułów. 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Sałatka z ryżu i brokułów. 100 g (MLE, SEL.) Ser żółty 60 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE) Szpinak gotowany z olejem* puree 80 g (GLU PSZ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Sałatka z ryżu i brokułów. 100 g (MLE, SEL.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Sałatka z ryżu i brokułów. 100 g (MLE, SEL.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE) Talarki z marchewki 50 g	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE) Talarki z marchewki 50 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE) Talarki z marchewki 50 g	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE) Talarki z marchewki 50 g	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE) Talarki z marchewki 50 g	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE) Talarki z marchewki 50 g	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE) Talarki z marchewki 50 g
	Wartość energetyczna: 2311.57 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 80.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 317.52 g; W tym cukry: 64.02 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 16.10 g;	Wartość energetyczna: 2114.99 kcal; Białko ogółem: 79.54 g; Tłuszcz: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; Węglowodany ogółem: 334.37 g; W tym cukry: 76.24 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2387.62 kcal; Białko ogółem: 102.32 g; Tłuszcz: 93.60 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 302.85 g; W tym cukry: 43.57 g; Błonnik pok.: 43.43 g; Sól: 16.36 g;	Wartość energetyczna: 2349.72 kcal; Białko ogółem: 70.93 g; Tłuszcz: 79.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 348.85 g; W tym cukry: 75.67 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 10.94 g;	Wartość energetyczna: 2225.34 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz: 52.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 360.21 g; W tym cukry: 80.96 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2686.71 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 92.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 372.50 g; W tym cukry: 65.28 g; Błonnik pok.: 32.75 g; Sól: 18.14 g;	Wartość energetyczna: 2444.22 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 382.05 g; W tym cukry: 76.33 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 11.13 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Vegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	GD- MW Łatwo strawna Psychiatria	
2024-05-12 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Ser wędzony 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszet sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki. 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Twarożek z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Ser wędzony 50 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Twarożek z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>)
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Krem z zielonych warzyw + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziarna słonecznika prażone + 10 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Gulasz wołowy + 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem kiszonym i chilli + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziarna słonecznika prażone + 10 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Gulasz wołowy dieta + 200 g Buraczki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziarna słonecznika prażone + 10 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Gulasz wołowy dieta + 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem kiszonym i chilli + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziarna słonecznika prażone + 10 g Kotlet z batatów i białej fasoli + 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEZ, GLU OW.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem kiszonym i chilli + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Gulasz wołowy dieta + rozdrobniony 200 g Buraczki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziarna słonecznika prażone + 10 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Gulasz wołowy + 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem kiszonym i chilli + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziarna słonecznika prażone + 10 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Gulasz wołowy dieta + 200 g Buraczki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)		
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2510.18 kcal; Białko ogółem: 109.71 g; Tłuszcz: 89.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 319.74 g; W tym cukry: 58.96 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 11.26 g;	Wartość energetyczna: 2241.21 kcal; Białko ogółem: 107.97 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 303.01 g; W tym cukry: 52.99 g; Błonnik pok.: 21.54 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2489.96 kcal; Białko ogółem: 118.48 g; Tłuszcz: 96.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 290.35 g; W tym cukry: 67.60 g; Błonnik pok.: 44.25 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2664.48 kcal; Białko ogółem: 83.29 g; Tłuszcz: 115.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; W tym cukry: 58.10 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2451.84 kcal; Białko ogółem: 106.19 g; Tłuszcz: 72.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 353.95 g; W tym cukry: 75.79 g; Błonnik pok.: 20.78 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2825.77 kcal; Białko ogółem: 114.45 g; Tłuszcz: 92.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 387.01 g; W tym cukry: 100.93 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 11.36 g;	Wartość energetyczna: 2554.81 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 73.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 376.33 g; W tym cukry: 103.96 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 8.48 g;	

		GD- MW Wegetariańska Psychiatria
2024-04-29 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Ogórek świeży 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt
	II ŚN	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)
	Obiad	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Naleśniki z ruskim nadzieniem + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Sos pieczarkowy + 120 g (MLE,) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + bez cukru 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE,) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglana z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ,)	
		Wartość energetyczna: 3019.86 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz: 107.44 g; Kw. tł. nasy.: 42.03 g; Węglowodany ogółem: 439.46 g; W tym cukry: 133.67 g; Błonnik pok.: 35.36 g; Sól: 14.12 g;

		GD- MW Wegetariańska Psychiatria
2024-04+30 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 60 g (SOJ, GOR.) Papryka konserwowa 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
	Obiad	Krem z białych warzyw + 400 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Burger z soczewicy pieczony + 80 g (MLE.) Salsa pomidorowa + 120 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami z/c 250 ml
	PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Hummus z ciecierzycy 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 40 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Powidła śliwkowe 50 g Serek Fromage 70 g (GLU PSZ, MLE.) Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)

		GD- MW Wegetariańska Psychiatria
2024-05-01 środa	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<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>) Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek świeży 40 g
	II ŚN	Banan 1/2 szt. 1 Por
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż gotowany na sypko + 200 g Kokosowy dał z zieloną soczewicą + 300 g (<u>MLE, GOR, SOJ.</u>) Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Kasza manna na mleku z cynamonem 200 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwini 100g (tubka) 1 szt Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u> <u>ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW,</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 3330.24 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 114.26 g; Kw. tł. nasy.: 43.53 g; Węglowodany ogółem: 495.38 g; W tym cukry: 134.27 g; Błonnik pok.: 41.74 g; Sól: 14.83 g;

GD- MW Wegetariańska Psychiatria		
2024-05-02 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Hummus 60 g (SEZ.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Marchew talarki 40 g
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Obiad	Ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty C&C 200 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy z serem białym + 150 g (MLE.) Surówka z kapusty włoskiej (dieta) + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Galaretki jogurtowa o smaku cytrynowym 200 g (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z fasoli 70 g Surówka z rzodkwi. 100 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.) Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2690.78 kcal; Białko ogółem: 73.36 g; Tłuszcz: 80.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 408.41 g; W tym cukry: 91.50 g; Błonnik pok.: 51.52 g; Sól: 11.81 g;	

GD- MW Wegetariańska Psychiatria		
2024-05-03 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami + 400 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Placki ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jogurtowo-czosnkowy 100 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać:</u> <u>MLE,</u>) Chipsy z jabłka 18g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2733.22 kcal; Białko ogółem: 76.13 g; Tłuszcz: 88.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 420.25 g; W tym cukry: 141.53 g; Błonnik pok.: 34.34 g; Sól: 9.72 g;

GD- MW Wegetariańska Psychiatria		
2024-05-04 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 70 g (SOJ, GOR.) Serek twarogowy homogenizowany 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Obiad	Krem z dyni + 300 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne 10 g (GLU PSZ.) Pyza z farszem szpinakowym z serem + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ziarna słonecznika prażone + 10 g
	PD	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy* 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Papryka konserwowa 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)
		Wartość energetyczna: 2568.49 kcal; Białko ogółem: 74.40 g; Tłuszcz: 77.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 403.88 g; W tym cukry: 97.68 g; Błonnik pok.: 35.40 g; Sól: 11.19 g;

GD- MW Wegetariańska Psychiatria		
2024-05-05 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek świeży 40 g
	II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata zielona 5 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 400 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) kotlety ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z selera i orzechów b/c + 100 g (MLE, ORZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Dip czosnkowy 100 g (MLE.)
	PD	Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Hummus 50 g (SEZ.) Pomidor 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2930.06 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 102.11 g; Kw. tł. nasy.: 40.69 g; Węglowodany ogółem: 424.37 g; W tym cukry: 103.86 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 12.28 g;	

GD- MW Wegetariańska Psychiatria		
2024-05-06 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z brokuła * 70 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g
	Obiad	Krem z kalafiora + 400 g (SOJ. SEL.) Płatki kukurydziane 15g + 1 Por Naleśnik z serem białym + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Polewka truskawkowa 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Banan 1szt. 1 szt Orzechy włoskie łuskane 15 g (ORZ.)
Wartość energetyczna: 2861.77 kcal; Białko ogółem: 102.45 g; Tłuszcz: 88.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.39 g; Węglowodany ogółem: 424.85 g; W tym cukry: 155.05 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 11.09 g;		

		GD- MW Wegetariańska Psychiatria
2024-05-07 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser wędzony 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Krem z pomidorów + 400 ml (SOJ, SEL.) Ser mozzarella 10 g (MLE.) Gulasz z boczniaków, dyni i soczewicy + 200 g (SOJ.) Surówka z czarnej rzepy z czarnuszką + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 30 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 60 g (SOJ, GOR.) Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Słupki z selera naciowego 50 g (SEL.) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)
		Wartość energetyczna: 2473.70 kcal; Białko ogółem: 72.80 g; Tłuszcz: 87.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g; W tym cukry: 95.60 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sól: 12.78 g;

GD- MW Wegetariańska Psychiatria		
2024-05-08 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek Fromage 70 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dżem 50 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g
	II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 40 g
	Obiad	Wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż gotowany na sypko + 250 g Warzywa stir fry z tofu + 200 g (<u>SOJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Papryka konserwowa 40 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>)
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 3280,84 kcal; Białko ogółem: 108,61 g; Tłuszcz: 105,70 g; Kw. tł. nasy.: 48,08 g; Węglowodany ogółem: 477,99 g; W tym cukry: 122,91 g; Błonnik pok.: 34,40 g; Sól: 14,07 g;

GD- MW Wegetariańska Psychiatria		
2024-05-09 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Powidła śliwkowe 30 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 10 g
	II ŚN	Talarki z marchewki 50 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami + 400 ml (SOJ, SEL.) Makaron spaghetti + 200 g (GLU PSZ.) Sos a'la boloński z zieloną soczewicą + 200 g (SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)
	PD	Kasza manna z musem z owoców 200 g (GLU PSZ, MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Banan 1szt. 1 szt Ciastko owsiane 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, GLU OW.)
Wartość energetyczna: 2869.44 kcal; Białko ogółem: 96.81 g; Tłuszcz: 83.60 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 446.97 g; W tym cukry: 120.24 g; Błonnik pok.: 41.54 g; Sól: 12.48 g;		

GD- MW Wegetariańska Psychiatria		
2024-05-10 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE ,) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Papryka świeża 40 g
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE ,)
	Obiad	Ryżowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, SEL ,) Pierogi z truskawkami * 300 g (GLU PSZ ,) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE ,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Ser zółty 50 g (MLE ,) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
Wartość energetyczna: 3057.08 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 80.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 500.65 g; W tym cukry: 139.01 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sól: 10.25 g;		

GD- MW Wegetariańska Psychiatria	
2024-05-11 sobota	Śniadanie Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła * 60 g Dżem 30 g Ogórek kiszony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Szpinak baby 20 g
	II ŚN Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad Krem z selera + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron z warzywami i tofu 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (<u>MLE.</u>)
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów. 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>) Talarki z marchewki 50 g
	Wartość energetyczna: 2459.24 kcal; Białko ogółem: 74.87 g; Tłuszcz: 71.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 391.97 g; W tym cukry: 84.95 g; Błonnik pok.: 33.95 g; Sól: 10.82 g;

GD- MW Vegetariańska Psychiatria		
2024-05-12 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ,</u> <u>MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Krem z zielonych warzyw + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziarna słonecznika prażone + 10 g Kotlet z batatów i białej fasoli + 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEZ,</u> <u>GLU OW.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem kiszonym i chilli + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ, SOJ.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u> <u>ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW,</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)
Wartość energetyczna: 2866.18 kcal; Białko ogółem: 85.10 g; Tłuszcz: 118.26 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 365.71 g; W tym cukry: 99.42 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 10.36 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,
SO2 - 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 JE CZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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