

1	2	3	4	5	6	7	
	Śniadanie	I ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2023-10-19 czwartek	SZCZ-MSWIA Podstawa	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobno-więprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 30 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Barszcz biały z ziemniakami (I) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT</u>) Risotto (ryż brązowy) wegetariańskie* 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml Kefir 2.0% tl 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 139,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 73,8 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 336,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,8	
	SZCZ-MSWIA Sałata sławina	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobno-więprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Ziemniaczana (I) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto wegetariańskie* b/brokula 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml Kefir 2.0% tl 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 148,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 75,3 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 336,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,3	
	SZCZ-MSWIA Z ogrodnictwem tuszczni	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobno-więprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 30 g Pasta z białek z koperkiem 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek (I) b/c 100 g	Ziemniaczana (I) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto wegetariańskie* b/brokula 300 g (<u>SEL</u>) Sos majerankowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml Kefir 2.0% tl 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 414,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 85,5 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 382,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,3

2023-10-19 czwartek

SZCZ-MSWIA Z ogr sub pob wyd, sok, zolatkowany	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 30 g Pasta z białek z koperkiem 50 g (JAJ, MLE,) Pomidor b'skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Mus z jabłek () b/c 100 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto wegetariańskie* b/brokula 300 g (SEL,) Sos majerankowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml Kefir 2.0% t 150g 1 szt (MLE,)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 414,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 85,5 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 382,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
SZCZ-MSWIA Płkrowa	Zacierka na mleku 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z białek z koperkiem 50 g (JAJ, MLE,) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE,)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos majerankowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Kefir 2.0% t 150g 1 szt (MLE,)	Kasza kukurydziana na mleku 500 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 644,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 122,5 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 365,1 Błonnik pokarmowy [g] 15,5
SZCZ-MSWIA Płynna	Herbata czarna granulowana z/c 400 ml Sonda-płynna śn kol mlecza 500 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE,)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos majerankowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Kefir 2.0% t 150g 1 szt (MLE,)	Sonda-płynna śn kol mlecza 500 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 225,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 86,5 Tłuszcz [g] 78,6 Węglowodany ogółem [g] 298,7 Błonnik pokarmowy [g] 13
SZCZ-MSWIA Płynna wzmocniona	Herbata czarna granulowana z/c 400 ml Sonda-płynna śn kol mlecza WB 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE,)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos majerankowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Kefir 2.0% t 150g 1 szt (MLE,)	Sonda-płynna śn kol mlecza WB 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 295,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 92,7 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 299,1 Błonnik pokarmowy [g] 13

2023-10-19 czwartek

SZCZ-MSYWA Płynna ciekryzowa	Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Sonda-płynna śn kol.b/ml () 500 ml (JAJ, SEL,)	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE,)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypkę 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos majerankowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml	Kefir 2.0% t 150g 1 szt (MLE,)	Sonda-płynna śn kol.b/ml () 500 ml (JAJ, SEL,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 055,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 66,9 Tłuszcz [g] 101,4 Węglowodany ogółem [g] 230,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
SZCZ-MSYWA Bogałobatkowa	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE,)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto wegetariańskie* b/brokula 300 g (SEL,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 379,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,6 Tłuszcz [g] 73,4 Węglowodany ogółem [g] 347,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
SZCZ-MSYWA Ciekryzowa	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 70 g Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Sałata zielona 30 g	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT,) Risotto (ryż brazowy) wegetariańskie* 300 g (SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml Kefir 2.0% t 150g 1 szt (MLE,)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Sałata zielona 30 g Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 121,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 298,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,7
SZCZ-MSYWA Razmleczna	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna c zaw.80% t 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 30 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Ziemniaczana (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Risotto wegetariańskie* b/brokula 300 g (SEL,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% t 15 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 059,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,3 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 312,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,7

2023-10-19 czwartek

SZCZ-MSWIA Papkowała cukrzycowa	Ryżowa (bez mleka)* 500 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 30 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Pasta z jaj z koperkiem -dłta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>)	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml	Kefir 2.0% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Grycikowa () 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 1 980,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,2 Tłuszcz [g] 59,9 Węglowodany ogółem [g] 281,8 Błonnik pokarmowy [g] 18,4
SZCZ-MSWIA Pompejanina	Ryżowa (bez mleka)* 500 ml (<u>SEL</u>)		Grycikowa () 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)		Ryżowa (bez mleka)* 500 ml (<u>SEL</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 433 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 10,6 Tłuszcz [g] 1,4 Węglowodany ogółem [g] 98,1 Błonnik pokarmowy [g] 7,4
SZCZ-MSWIA Bezmielczna bez/wes/drożdż	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana pasta 50 g	Grycikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem* mix 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 000,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,6 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 288,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,3
SZCZ-MSWIA Truskawki	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 30 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml Pasta z białek z koperkiem 50 g (<u>JAJ, MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto wegetariańskie* b/brokula 300 g (<u>SEL</u>) Sos majerankowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml Kefir 2.0% t 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 377 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,5 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 382,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,3

Jadłospisy w dniu 2023-10-19 KUCHNIA SZCZECIN ARKOŃSKA

2023-10-19 czwartek

SZCZ-MSWIA Cukrzyca niskobiałkowa	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 30 g Pomidor biskórki 70 g Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Pasta z białek z koperkiem 50 g (JAJ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 30 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie* b/brokula 300 g (SEL.) Sos majerankowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE.) Kefir 2.0% t 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Salata zielona 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kiełbasa krakowska z kurczaka kiełbasa drobiowa, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona z dodatkiem wieprzowiny 30 g (SOJ.) Salata zielona 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 322,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97,8 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 340,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
SZCZ-MSWIA Sonda wyrobowa cukrzyca	Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Sonda-płynna obiad b/ml () WB 500 ml (JAJ, SEL.)	Sonda-płynna obiad b/ml () WB 250 ml (JAJ, SEL.) Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE.)	Sonda-płynna obiad b/ml () WB 500 ml (JAJ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml	Kefir 2.0% t 150g 1 szt (MLE.)	Sonda-płynna śn kol. b/ml () 500 ml (JAJ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 186,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,6 Tłuszcz [g] 129 Węglowodany ogółem [g] 150,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,7	
SZCZ-MSWIA Sonda wyrobowa	Herbata czarna granulowana z/c 400 ml Sonda-płynna śn kol. mleczna WB 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE.)	Sonda-płynna obiad b/ml () WB 500 ml (JAJ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Kefir 2.0% t 150g 1 szt (MLE.)	Sonda-płynna śn kol. mleczna WB 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 020,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,8 Tłuszcz [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 200,9 Błonnik pokarmowy [g] 8,6	
SZCZ-MSWIA Bezglutenowa	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 30 g Jajko gotowane kl t 1 szt (JAJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE.)		Ziemniaczana (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie* b/brokula 300 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml Kefir 2.0% t 150g 1 szt (MLE.)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 1 988,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 52,8 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 301,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,3	

Jadłospisy w dniu 2023-10-19 KUCHNIA SZCZECIN ARKOŃSKA

2023-10-19 czwartek

SZCZ.-MSWA Wegal traneška	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl.M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT,</u>) Ziemniaki () 200 g Risotto (ryz brazowy) wegetariańskie* 300 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml Kefir 2.0% t 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 436,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,7 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 395,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,8
SZCZ.-MSWA Elap I Trzuska Kłokowa	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 208,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,5 Tłuszcz [g] 12,6 Węglowodany ogółem [g] 240,5 Błonnik pokarmowy [g] 4,4
SZCZ.-MSWA Elap II Trzuska Klek-owocowa	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kaszka ryżowo-owocowa 300 ml Marchew gotowana z olejem* mix 150 g Buraczki gotowane () puree 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Mus z jabłek i dyni () z/c 200 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 439,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,6 Tłuszcz [g] 13,7 Węglowodany ogółem [g] 306,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,7
SZCZ.-MSWA Elap III Trzuska Klek-owoc rozszerzona	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg chudy 100 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kaszka ryżowo-owocowa 300 ml Mus z jabłek () b/c 150 g	Ziemniaki puree () 150 g (<u>MLE,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Dyńa z wody 150 g Kompot z jabłek b/c 400 ml	Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pasta z białek 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 402,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 52,3 Tłuszcz [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 266,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,7

Jadłospisy w dniu 2023-10-19 KUCHNIA SZCZECIN ARKOŃSKA

2023-10-19 czwartek	SZCZ-MSWA-F-4p-IV Trzuskaki talwo sliwina, pif	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Dżem 40 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g	Jabko pieczone 1szt 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) (krem) 250 ml (GLU PSZ, SEL,) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki puree () 150 g (MLE,) Marchew gotowana z olejem* mix 150 g Szpinak gotowany z olejem* puree 150 g (GLU PSZ,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabkiem b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 1 269,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 53,8 Tłuszcz [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 222,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
---------------------	------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------