

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-01-22 poniedziałek	Podstawowa (IV)	pieczywo mieszane 100 g (GLU) Parówka drobiowa 70 g mix tłuszczowy roślinny 15 g sałata 5 g musztarda 10 g (GOR) Jabłko 1 szt herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)		Kotlet schabowy 70 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 170 g marchewka z groszkiem 150 g (GLU) kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g kielbasa szynkowa 50 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 076,8 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 273,8 suma cukrów prostych [g] 60,2 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Łatwostrawna (III)	bułka wrocławska 60 g (GLU) Parówka drobiowa 70 g mix tłuszczowy roślinny 15 g sałata 5 g Jabłko 1 szt herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)		Schab gotowany 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g kielbasa szynkowa 50 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 965,4 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 77,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 235,7 suma cukrów prostych [g] 65,2 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,4

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-22 poniedziałek	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (II)		Schab gotowany 80 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g marchewka gotowana 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g kielbasa szynkowa 50 g Zacierki na mleku 350 g (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 067,4 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 271,7 suma cukrów prostych [g] 81,1 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chrupki kukurydziane 20 g	Schab gotowany 80 g (GLU) Ziemniaki gotowane 120 g surówka z marchwi i jabłka 100 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g ser żółty 30 g (MLE)	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g kielbasa szynkowa 50 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 138,4 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 78,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 289,4 suma cukrów prostych [g] 48,4 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,6

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-22 poniedziałek	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot 250 g	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g (GLU) Parówka drobiowa 70 g mix tłuszczowy roślinny 15 g sałata 5 g musztarda 10 g (GOR) Jabłko 1 szt herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)	Kotlet schabowy 70 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 170 g marchewka z groszkiem 150 g (GLU) kompot 250 g	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g kielbasa szynkowa 50 g pomidor 60 g Zacierki na mleku 250 g (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 311,3 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 86,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 304,4 suma cukrów prostych [g] 72,6 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,8

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-22 poniedziałek	Łatwostrawna C2		Schab gotowany 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka 160 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g kielbasa szynkowa 50 g pomidor 60 g Zacierki na mleku 250 g (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 210,7 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 84,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 267,9 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	kisiel owocowy 200 g	Kotlet schabowy 70 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 100 g marchewka z groszkiem 100 g (GLU) kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) ser żółty 30 g (MLE)	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) kielbasa szynkowa 50 g pomidor 60 g Zacierki na mleku 150 g (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 1 919,2 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 233,6 suma cukrów prostych [g] 64,7 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,7

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-22 poniedziałek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g (GLU) Parówka drobiowa 70 g masło śmietankowe 5 g (MLE) sałata 5 g Jabłko 1 szt herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 150 g (GLU, MLE)	kisiel owocowy 200 g	Schab gotowany 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 100 g surówka z marchwi i jabłka 100 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) indyk z pasieki 30 g	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) kielbasa szynkowa 50 g pomidor 60 g Zacierki na mleku 150 g (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 779,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 199,7 suma cukrów prostych [g] 68,5 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 16
2024-01-23 wtorek	Podstawowa (IV)	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g jajko gotowane 60 g (JAJ) sałata 5 g pomidor 60 g herbata czarna z/c 250 g ryż na mleku 250 g (MLE)		pieczarkowa 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) gołąbki 350 g (GLU, MLE) sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 103,7 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 315,2 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,3

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-23 wtorek	Łatwostrawna (III)	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g jajko gotowane 60 g (JAJ) sałata 5 g pomidor 60 g herbata czarna z/c 250 g ryż na mleku 250 g (MLE)	z zielonego groszku l. 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) surówka z kapusty kwaszonej 150 g sos pomidorowy 100 g (GLU) risotto mięsno warzywne 350 g (SEL) kompot 250 g	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 073,9 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 279,7 suma cukrów prostych [g] 54,1 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku zółą (II)	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g jablko parzone 150 g herbata czarna z/c 250 g ryż na mleku 250 g (MLE)	z zielonego groszku l. 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) buraki gotowane 150 g Ziemiaki gotowane 200 g kompot 250 g pulpety w sosie własnym 80 g (GLU, JAJ)	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 077,8 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 56,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 308 suma cukrów prostych [g] 81,9 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,4

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-23 wtorek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g jajko gotowane 60 g (JAJ) sałata 5 g pomidor 60 g herbata czarna z/c 250 g ziemniaczana 250 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	Jabłko 1 szt	z zielonego groszku l. 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) buraki gotowane 100 g Ziemniaki gotowane 120 g pulpety w sosie własnym 80 g (GLU, JAJ) kompot 250 g	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 50 g (MLE)	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 240 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 347,8 suma cukrów prostych [g] 62,7 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 50,5
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-23 wtorek	Podstawowa C1	<p>pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g jajko gotowane 60 g (JAJ) sałata 5 g pomidor 60 g herbata czarna z/c 250 g ryż na mleku 250 g (MLE)</p>	<p>pieczarkowa 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) gołąbki 350 g (GLU, MLE) sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g kompot 250 g</p>	<p>pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny 150 szt (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 298,2 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 342,4 suma cukrów prostych [g] 70,8 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,6</p>
	Łatwostrawna C2	<p>bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g jajko gotowane 60 g (JAJ) sałata 5 g pomidor 60 g herbata czarna z/c 250 g ryż na mleku 250 g (MLE)</p>	<p>z zielonego groszku l. 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) sos pomidorowy 100 g (GLU) risotto mięsno warzywne 350 g (SEL) surówka z kapusty kwaszonej 150 g kompot 250 g</p>	<p>bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny 150 szt (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 268,4 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 307 suma cukrów prostych [g] 66,4 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 28,7</p>

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-23 wtorek	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) pieprzowa z indyka 50 g jajko gotowane 60 g (JAJ) sałata 5 g pomidor 60 g herbata czarna z/c 250 g ryż na mleku 150 g (MLE)	Jabłko 1 szt	pieczarkowa 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) gołąbki 200 g (GLU, MLE) sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) Ser biały 50 g (MLE)	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 838,3 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 52,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 267,5 suma cukrów prostych [g] 69,3 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) pieprzowa z indyka 50 g jajko gotowane 60 g (JAJ) sałata 5 g pomidor 60 g herbata czarna z/c 250 g ryż na mleku 150 g (MLE)	Jabłko 1 szt	z zielonego groszku l. 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) risotto mięsno warzywne 200 g (SEL) sos pomidorowy 100 g (GLU) surówka z kapusty kwaszonej 100 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) Ser biały 50 g (MLE)	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) szynka bankietowa 50 g kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 818,1 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 245,5 suma cukrów prostych [g] 67,6 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 25,3

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-24 środa	Podstawowa (IV)	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g indyk z pasieki 50 g ser żółty 30 g (MLE) rukola 10 g herbata czarna 250 g płatki jęczmienne na mleku 250 g (GLU, MLE)	kompot 250 g zacierkowa 350 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Udko kurczaka duszone 100 g Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi, ogórka i cebuli 100 g (JAJ, GOR)	herbata czarna 250 g pieczywo mieszane 100 g (GLU) marmolada z jabłek b/c 200 g Ser biały 70 g (MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 073,1 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 293,5 suma cukrów prostych [g] 65,8 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
	Łatwostrawna (III)	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g indyk z pasieki 50 g ser topiony 50 g (MLE) rukola 10 g herbata czarna 250 g płatki jęczmienne na mleku 250 g (GLU, MLE)	kompot 250 g zacierkowa 350 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) udko kurczaka gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 200 g surówka z kapusty pekińskiej 150 g	herbata czarna 250 g bułka wrocławska 60 g (GLU) marmolada z jabłek b/c 200 g Ser biały 70 g (MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 022,9 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 249,3 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,8

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-24 środa	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (II)		kompot 250 g zacierkowa 350 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) udko kurczaka gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 200 g marchewka gotowana 150 g		herbata czarna 250 g bułka wrocławska 60 g (GLU) pieprzowa z indyka 50 g makaron na mleku 250 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 013 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 280,9 suma cukrów prostych [g] 71,6 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 27
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	wafle 20 g	kompot 250 g zacierkowa 350 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) udko kurczaka gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 120 g surówka z kapusty pekińskiej 100 g	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 30 g	herbata czarna 250 g chleb razowy 100 g (GLU) marmolada z jabłek b/c 100 g Ser biały 40 g (MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 225,2 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 316 suma cukrów prostych [g] 43,4 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,7

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-24 środa	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot 250 g	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g indyk z pasieki 50 g ser żółty 30 g (MLE) rukola 10 g herbata czarna 250 g płatki jęczmienne na mleku 250 g (GLU, MLE)	kompot 250 g zacierkowa 350 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Udko kurczaka duszone 100 g Ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchwi, ogórka i cebuli 100 g (JAJ, GOR)	herbata czarna 250 g pieczywo mieszane 100 g (GLU) marmolada z jabłek b/c 200 g Ser biały 70 g (MLE) makaron na mleku 250 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 294,1 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 325,2 suma cukrów prostych [g] 78,1 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,1

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-24 środa	Łatwostrawna C2		<p>bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g indyk z pasieki 50 g ser topiony 50 g (MLE) rukola 10 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g (GLU, MLE)</p>		<p>kompot 250 g zacierkowa 350 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) udko kurczaka gotowane 150 g Ziemiaki gotowane 200 g surówka z kapusty pekińskiej 150 g</p>		<p>herbata czarna 250 g bułka wrocławska 60 g (GLU) marmolada z jabłek b/c 200 g Ser biały 70 g (MLE) makaron na mleku 250 g (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny 150 szt (MLE)</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 243,9 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 281 suma cukrów prostych [g] 74,7 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,5</p>
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	wafle 20 g	<p>pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) indyk z pasieki 50 g ser żółty 30 g (MLE) rukola 10 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 150 g (GLU, MLE)</p>	<p>kompot 250 g zacierkowa 350 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Udko kurczaka duszone 120 g Ziemiaki gotowane 100 g surówka z kapusty pekińskiej 100 g</p>	<p>pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) Parówka drobiowa 30 g</p>	<p>herbata czarna 250 g pieczywo mieszane 50 g (GLU) marmolada z jabłek b/c 100 g Ser biały 40 g (MLE) makaron na mleku 250 g (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny 150 szt (MLE)</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 072,9 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 257,4 suma cukrów prostych [g] 55,8 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,1</p>	

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-24 środa	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) indyk z pasieki 50 g ser topiony 50 g (MLE) rukola 10 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 150 g (GLU, MLE)	wafle 20 g	kompot 250 g zacierkowa 350 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) udko kurczaka gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 100 g surówka z kapusty pekińskiej 100 g	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) Parówka drobiowa 30 g	herbata czarna 250 g bułka wrocławska 30 g (GLU) marmolada z jabłek b/c 100 g Ser biały 40 g (MLE) makaron na mleku 250 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 1 988,1 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 228,4 suma cukrów prostych [g] 56,1 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 18,6
2024-01-25 czwartek	Podstawowa (IV)	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z sera białego i ryby 80 g (MLE) pomidor 60 g sałata 5 g kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)		solferino 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) łazanki z kapustą i mięsem 300 g (GLU) surówka z marchwi i chrzanu 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt Jabłko 1 szt herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 266,5 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 67,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 325 suma cukrów prostych [g] 73,5 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,5

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-25 czwartek	Łatwostrawna (III)	<p>bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z sera białego i ryby 80 g (MLE) pomidor 60 g sałata 5 g kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)</p>	<p>ziemniaczana 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g buraki gotowane 150 g kompot 250 g</p>	<p>bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt Jabłko 1 szt herbata czarna 250 g</p>	<p>jogurt naturalny 150 szt (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 191,3 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 300,7 suma cukrów prostych [g] 78 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1</p>
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żołą (II)	<p>bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)</p>	<p>ziemniaczana 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym 80 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g buraki gotowane 150 g kompot 250 g</p>	<p>bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g indyk z pasieki 50 g jabłko parzone 150 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny 150 szt (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 279,1 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 66,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 325,5 suma cukrów prostych [g] 86,2 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,7</p>

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-25 czwartek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z sera białego i ryby 60 g (MLE) pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g ziemniaczana 250 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	chrupki kukurydziane 20 g	solferino 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym 80 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 120 g buraki gotowane 150 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g kielbasa krakowska 30 g	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt Jabłko 1 szt herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 352,4 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 352 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 50,3
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-25 czwartek	Podstawowa C1	<p>pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z sera białego i ryby 60 g (MLE) pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 250 g (GLU, MLE)</p>	<p>solferino 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) łazanki z kapustą i mięsem 300 g (GLU) surówka z marchwi i chrzanu 100 g kompot 250 g</p>	<p>pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt Jabłko 1 szt herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 250 g (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny 150 szt (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 313,6 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 339 suma cukrów prostych [g] 75,3 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,5</p>
	Łatwostrawna C2	<p>bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z sera białego i ryby 60 g (MLE) pomidor 60 g sałata 5 g kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)</p>	<p>ziemniaczana 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym 80 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g buraki gotowane 150 g kompot 250 g</p>	<p>bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt Jabłko 1 szt herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 250 g (GLU, MLE)</p>	<p>jogurt naturalny 150 szt (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 306,1 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 325,5 suma cukrów prostych [g] 89,8 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,4</p>

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-25 czwartek	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) pasta z sera białego i ryby 60 g (MLE) pomidor 60 g sałata 5 g kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki owsiane na mleku 150 g (GLU, MLE)	chrupki kukurydziane 20 g	solferino 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) łazanki z kapustą i mięsem 250 g (GLU) surówka z marchwi i chrzanu 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) kielbasa krakowska 30 g	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) pasztecik drobiowy 50 szt Jabłko 1 szt herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 150 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 080,4 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Węglowodany ogółem [g] 289,4 suma cukrów prostych [g] 69,6 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,7
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) pasta z sera białego i ryby 60 g (MLE) pomidor 60 g sałata 5 g kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki owsiane na mleku 150 g (GLU, MLE)	chrupki kukurydziane 20 g	solferino 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym 80 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 100 g buraki gotowane 150 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) kielbasa krakowska 30 g	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) pasztecik drobiowy 50 szt Jabłko 1 szt herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 150 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 984,5 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 68 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 254,4 suma cukrów prostych [g] 74,8 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,3

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-26 piątek	Podstawowa (IV)	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 80 g (JAJ, GOR) sałata 5 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g płatki jęczmienne na mleku 350 g (GLU, MLE)	barszcz ukraiński 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pierogi leniwe 300 g (GLU, MLE) jabłko parzone 150 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g (MLE) ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 379 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 80,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 329,2 suma cukrów prostych [g] 83,2 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 30
	Łatwostrawna (III)	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 80 g (JAJ, GOR) sałata 5 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g płatki jęczmienne na mleku 350 g (GLU, MLE)	barszcz czerwony l. 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pierogi leniwe 300 g (GLU, MLE) jabłko parzone 150 g kompot 250 g	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g (MLE) ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 218 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 80,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 289,1 suma cukrów prostych [g] 81,6 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,1

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-26 piątek	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (II)		barszcz czerwony I. 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane 200 g Schab gotowany 70 g (GLU) marchewka gotowana 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g indyk z pasieki 50 g Zacierki na mleku 350 g (GLU, JAJ, MLE) herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 192 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 321,6 suma cukrów prostych [g] 89 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	wafle 30 g	barszcz czerwony I. 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany 80 g (GLU) Ziemniaki gotowane 120 g kompot 250 g marchewka gotowana 100 g	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g ser żółty 30 g (MLE)	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g (MLE) ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 277,4 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 340,8 suma cukrów prostych [g] 48 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,5

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-26 piątek	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot 250 g	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 60 g (JAJ, GOR) sałata 5 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g płatki jęczmienne na mleku 250 g (GLU, MLE)	barszcz ukraiński 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pierogi leniwe 300 g (GLU, MLE) jabłko parzone 150 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g (MLE) ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 250 g (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 487,7 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 81,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 346,5 suma cukrów prostych [g] 90,4 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,6

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-26 piątek	Łatwostrawna C2		barszcz czerwony I. 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pierogi leniwe 300 g (GLU, MLE) jabłko parzone 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g (MLE) ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 250 g (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 364,5 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 85 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 306,9 suma cukrów prostych [g] 89 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,6
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	kisiel owocowy 200 g	barszcz ukraiński 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pierogi leniwe 200 g (GLU, MLE) jabłko parzone 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) ser żółty 30 g (MLE)	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) ser topiony 50 g (MLE) ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 150 g (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 075,2 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 279,9 suma cukrów prostych [g] 81,7 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,2

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-26 piątek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) pasta z jajek 60 g (JAJ, GOR) sałata 5 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 150 g (GLU, MLE)	kisiel owocowy 200 g	barszcz czerwony I. 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pierogi leniwe 200 g (GLU, MLE) jabłko parzone 100 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) ser żółty 30 g (MLE)	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) ser topiony 50 g (MLE) ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 150 g (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 948,8 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 71,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 249,9 suma cukrów prostych [g] 80 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,2
2024-01-27 sobota	Podstawowa (IV)	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 70 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)		ryżanka 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba smażona 70 g (GLU, JAJ) Ziemiaki gotowane 200 g surówka z kapusty kwaszonej 150 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 50 g (MLE) dżem 50 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 210,5 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 310,4 suma cukrów prostych [g] 63,7 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,8

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-27 sobota	Łatwostrawna (III)	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 70 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)	ryżanka 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z kapusty kwaszonej 150 g kompot 250 g	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 50 g (MLE) dżem 50 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 009,4 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Węglowodany ogółem [g] 273,8 suma cukrów prostych [g] 63,7 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,9
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku zółą (II)	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g indyk z pasieki 50 g jablko parzone 200 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)	ryżanka 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g marchewka gotowana 150 g kompot 250 g	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pieprzowa z indyka 50 g Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 173,8 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 58 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 318,3 suma cukrów prostych [g] 86,6 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,5

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-27 sobota	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 70 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g ziemniaczana 250 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	Jabłko 1 szt	ryżanka 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana 80 g (GLU) Ziemniaki gotowane 120 g surówka z kapusty kwaszonej 100 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g jajko gotowane 60 g (JAJ)	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 50 g (MLE) rzodkiew 50 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 155,4 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 326,7 suma cukrów prostych [g] 49,6 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 48,1
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-27 sobota	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 70 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)	ryżanka 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba smażona 70 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z kapusty kwaszonej 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 50 g (MLE) dżem 50 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 365,4 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 333,8 suma cukrów prostych [g] 74,6 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 70 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)	ryżanka 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z kapusty kwaszonej 150 g kompot 250 g	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 50 g (MLE) dżem 50 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 203,9 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 301,1 suma cukrów prostych [g] 76 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 23,2

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-27 sobota	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) Parówka drobiowa 70 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 150 g (GLU, MLE)	Jabłko 1 szt	ryżanka 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba smażona 70 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 100 g surówka z kapusty kwaszonej 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) jajko gotowane 60 g (JAJ)	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) Ser biały 50 g (MLE) dżem 50 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 995,8 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 266,9 suma cukrów prostych [g] 72,5 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) Parówka drobiowa 70 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 150 g (GLU, MLE)	Jabłko 1 szt	ryżanka 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana 70 g (GLU) Ziemniaki gotowane 100 g surówka z kapusty kwaszonej 100 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) jajko gotowane 60 g (JAJ)	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) Ser biały 50 g (MLE) dżem 50 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 765,9 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 235,8 suma cukrów prostych [g] 72,6 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,9

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-28 niedziela	Podstawowa (IV)	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g sałata 5 g herbata czarna 250 g ryż na mleku 350 g (MLE)	neapolitańska 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Kotlet schabowy 80 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 170 g surówka z czerwonej kapusty 100 g (JAJ, GOR) kompot 250 g	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt rzodkiew 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 086,5 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 305,4 suma cukrów prostych [g] 50,8 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
	Łatwostrawna (III)	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g sałata 5 g herbata czarna 250 g ryż na mleku 350 g (MLE)	neapolitańska 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z kapusty pekińskiej 150 g kompot 250 g	bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt rzodkiew 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 1 931,4 Białko ogółem [g] 98,7 Tłuszcz [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Węglowodany ogółem [g] 258,3 suma cukrów prostych [g] 46,9 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,1

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-28 niedziela	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (II)		ziemniaczana 350 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany 70 g (GLU) Ziemiaki gotowane 200 g buraki gotowane 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g indyk z pasieki 50 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 250 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 085,5 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 57,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 300,3 suma cukrów prostych [g] 81,3 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chrupki kukurydziane 20 g	neapolitańska 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany 70 g (GLU) Ziemiaki gotowane 120 g surówka z kapusty pekińskiej 150 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g kielbasa krakowska 30 g	chleb razowy 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt rzodkiew 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 140,8 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Węglowodany ogółem [g] 315,2 suma cukrów prostych [g] 35,3 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 46,7

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-28 niedziela	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot 250 g	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g ogonówka 50 g sałata 5 g herbata czarna 250 g ryż na mleku 350 g (MLE)	neapolitańska 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Kotlet schabowy 80 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 170 g surówka z czerwonej kapusty 100 g (JAJ, GOR) kompot 250 g	pieczywo mieszane 100 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt rzodkiew 50 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna a[kcal] [kcal] 2 396,6 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 346,8 suma cukrów prostych [g] 68,3 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,9

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-28 niedziela	Łatwostrawna C2		neapolitańska 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g surówka z kapusty pekińskiej 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g (GLU) mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt rzodkiew 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 241,5 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 70,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 299,7 suma cukrów prostych [g] 64,3 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	chrupki kukurydziane 20 g	neapolitańska 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Kotlet schabowy 80 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 100 g surówka z czerwonej kapusty 100 g (JAJ, GOR) kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) kielbasa krakowska 30 g	pieczywo mieszane 50 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) pasztecik drobiowy 50 szt rzodkiew 50 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 150 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 947,8 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 66,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 261,8 suma cukrów prostych [g] 47,2 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,1

Jadłospisy z 4. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-22 do dnia 2024-01-28 KUCHNIA OGÓLNA

2024-01-28 niedziela	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) ogonówka 50 g sałata 5 g herbata czarna 250 g ryż na mleku 150 g (MLE)	chrupki kukurydziane 20 g	neapolitańska 350 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany 70 g (GLU) Ziemniaki gotowane 100 g buraki gotowane 100 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) kielbasa krakowska 30 g	bułka wrocławska 30 g (GLU) masło śmietankowe 5 g (MLE) pasztecik drobiowy 50 szt rzodkiew 50 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 150 g (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 701,6 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 215,9 suma cukrów prostych [g] 46,5 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,6
----------------------	-----------------------------	--	---------------------------	--	---	---	---	---

SPZOZ Mińsk Mazowieck

Szpitalna 37, 05-300, Mińsk Mazowiecki

Oznaczenia alergenów:

- GLU* - *Zboża zawierające gluten,*
- SKR* - *Skorupiaki i pochodne,*
- JAJ* - *Jaja i pochodne,*
- RYB* - *Ryby i pochodne,*
- OZI* - *Orzechy ziemne i pochodne,*
- SOJ* - *Soja i pochodne,*
- MLE* - *Mleko i pochodne,*
- ORZ* - *Orzechy,*
- SEL* - *Seler i pochodne,*
- GOR* - *Gorczyca i produkty pochodne,*
- SEZ* - *Nasiona sezamu i pochodne,*
- S02* - *Dwutlenek siarki / siarczyny,*
- ŁUB* - *Łubin i produkty pochodne,*
- MCK* - *Mięczaki i pochodne,*