

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-31	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Buraki gotowane słupki + 90 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
2025-03-31	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami + Makaron 200 g (GLU PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Prażone jabłka + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 200 ml (SOJ, MLE, SEL) Makaron 150 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL) Cukinia gotowana + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	
2025-03-31	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)
		Wartość energetyczna: 2369.20 kcal; Białko ogółem: 95.10 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 333.73 g; W tym cukry: 94.55 g; Błonnik pok.: 32.14 g; Sól: 11.54 g;	Wartość energetyczna: 2416.92 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 72.57 g; Kw. tł. nasy.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 352.96 g; W tym cukry: 100.98 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2474.48 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Tłuszcz: 97.88 g; Kw. tł. nasy.: 40.90 g; Węglowodany ogółem: 293.60 g; W tym cukry: 35.03 g; Błonnik pok.: 42.06 g; Sól: 13.53 g;	Wartość energetyczna: 2390.84 kcal; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 68.54 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 352.22 g; W tym cukry: 96.24 g; Błonnik pok.: 20.01 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2479.34 kcal; Białko ogółem: 103.41 g; Tłuszcz: 79.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.75 g; Węglowodany ogółem: 347.32 g; W tym cukry: 101.60 g; Błonnik pok.: 33.11 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 2098.31 kcal; Białko ogółem: 95.78 g; Tłuszcz: 83.37 g; Kw. tł. nasy.: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 252.81 g; W tym cukry: 30.58 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 8.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-04-01 wtorek	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>
		II ŚN	Melon 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Melon 150 g	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Melon 150 g	
2025-04-01 wtorek	Obiad	<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Seler gotowany + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 200 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
		PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
2025-04-01 wtorek	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE.) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>
		PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.)				
	Wartość energetyczna: 2398.39 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 78.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 327.83 g; W tym cukry: 89.99 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 12.46 g;	Wartość energetyczna: 2282.47 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 68.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 331.13 g; W tym cukry: 90.15 g; Błonnik pok.: 31.34 g; Sól: 12.42 g;	Wartość energetyczna: 2268.22 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 319.40 g; W tym cukry: 75.87 g; Błonnik pok.: 40.81 g; Sól: 12.31 g;	Wartość energetyczna: 2286.05 kcal; Białko ogółem: 98.33 g; Tłuszcz: 58.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 353.18 g; W tym cukry: 107.20 g; Błonnik pok.: 32.94 g; Sól: 11.49 g;	Wartość energetyczna: 2547.59 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 81.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 353.42 g; W tym cukry: 102.73 g; Błonnik pok.: 36.51 g; Sól: 12.65 g;	Wartość energetyczna: 1891.44 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 60.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 268.84 g; W tym cukry: 59.49 g; Błonnik pok.: 36.23 g; Sól: 9.76 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-02 środa	Śniadanie	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mieszana sałata 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml (SEL,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mieszana sałata 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Płatki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Mieszana sałata 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mieszana sałata 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml (SEL,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mieszana sałata 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL,) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL,) Szpiniak baby z dressingiem (dieta) + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL,) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL,) Szpiniak gotowany z olejem + 100 g Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL,) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 150 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL,) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,)		Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z morskczuka + 100 g (RYB,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z morskczuka + 100 g (RYB,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z morskczuka + 100 g (RYB,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z morskczuka + 100 g (RYB,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z morskczuka + 100 g (RYB,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z morskczuka + 100 g (RYB,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ,)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2294.34 kcal; Białko ogółem: 94.22 g; Tłuszcz: 79.19 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 323.40 g; W tym cukry: 74.36 g; Błonnik pok.: 32.52 g; Sól: 10.49 g;	Wartość energetyczna: 2335.63 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 75.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 333.78 g; W tym cukry: 76.91 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2282.60 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 78.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 306.49 g; W tym cukry: 53.04 g; Błonnik pok.: 43.89 g; Sól: 13.01 g;	Wartość energetyczna: 2276.33 kcal; Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 323.30 g; W tym cukry: 75.19 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2448.24 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 79.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 356.96 g; W tym cukry: 86.25 g; Błonnik pok.: 37.63 g; Sól: 11.21 g;	Wartość energetyczna: 1760.26 kcal; Białko ogółem: 80.81 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.04 g; Węglowodany ogółem: 236.03 g; W tym cukry: 41.66 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 10.37 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-04-03 czwartek	Śniadanie	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEĆZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.)</p> <p>Pomidor ki koktajlowe 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEĆZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.)</p> <p>Pomidor ki koktajlowe b/skórki 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JEĆZ.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.)</p> <p>Pomidor ki koktajlowe 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEĆZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.)</p> <p>Pomidor b/skórki 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEĆZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.)</p> <p>Pomidor ki koktajlowe 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JEĆZ.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.)</p> <p>Pomidor ki koktajlowe 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>
		II ŚN	Wino 100 g	Banan 1szt. 1 szt	Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (MLE.)	Banan 1szt. 1 szt	Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (MLE.)
Obiad	<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g</p> <p>Salatka szwedzka + 100 g (GOR.)</p> <p>Kalafor gotowany + 100 g</p> <p>Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g</p> <p>Kalafor gotowany + 100 g</p> <p>Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g</p> <p>Salatka szwedzka + 100 g (GOR.)</p> <p>Kalafor gotowany + 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g</p> <p>Marchew mini gotowana + 100 g</p> <p>Cukinia gotowana + 100 g</p> <p>Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g</p> <p>Salatka szwedzka + 100 g (GOR.)</p> <p>Kalafor gotowany + 100 g</p> <p>Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 200 ml (SOJ, MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g</p> <p>Salatka szwedzka + 100 g (GOR.)</p> <p>Kalafor gotowany + 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	
	PD		<p>Maślanka 150 ml (MLE.)</p> <p>Orzechy włoskie luskane 20 g (ORZ.)</p>		<p>Maślanka 150 ml (MLE.)</p> <p>Orzechy włoskie luskane 20 g (ORZ.)</p>		
Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g</p> <p>Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (MLE.)</p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g</p> <p>Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.)</p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g</p> <p>Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.)</p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g</p> <p>Pasta warzywna + 90 g (SEL.)</p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g</p> <p>Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.)</p> <p>Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (MLE.)</p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g</p> <p>Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.)</p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)					
	<p>Wartość energetyczna: 2275.23 kcal; Białko ogółem: 97.22 g; Tłuszcz: 73.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 330.63 g; W tym cukry: 89.30 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 12.74 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2274.53 kcal; Białko ogółem: 96.56 g; Tłuszcz: 65.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 339.07 g; W tym cukry: 109.07 g; Błonnik pok.: 30.24 g; Sól: 12.28 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2029.02 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 260.43 g; W tym cukry: 56.60 g; Błonnik pok.: 37.33 g; Sól: 11.81 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2153.98 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 52.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 339.85 g; W tym cukry: 110.46 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 11.78 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2585.58 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 86.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 339.80 g; W tym cukry: 119.23 g; Błonnik pok.: 35.78 g; Sól: 12.98 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1757.64 kcal; Białko ogółem: 93.14 g; Tłuszcz: 56.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 235.64 g; W tym cukry: 42.34 g; Błonnik pok.: 33.88 g; Sól: 10.35 g;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-04-04 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser wędzony 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser wędzony 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Ser wędzony 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (<u>MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (<u>MLE.</u>)	Jabłko 150 g
2025-04-04 piątek	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sledź w śmietanie 150 g (<u>RYB, MLE, GOR, S02, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, S02.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z miruny + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL.</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z miruny + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z miruny + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet z miruny + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL.</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, S02.</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 200 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet z miruny + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL.</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy* b/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>)	
2025-04-04 piątek	Kolacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u>)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2125.90 kcal; Białko ogółem: 82.09 g; Tłuszcz: 54.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 334.90 g; W tym cukry: 77.99 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 11.40 g;	Wartość energetyczna: 2131.36 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 53.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 320.10 g; W tym cukry: 95.13 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 12.13 g;	Wartość energetyczna: 2064.63 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 63.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 279.68 g; W tym cukry: 55.46 g; Błonnik pok.: 39.47 g; Sól: 14.21 g;	Wartość energetyczna: 2017.46 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 319.03 g; W tym cukry: 88.05 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 11.36 g;	Wartość energetyczna: 2282.98 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 352.09 g; W tym cukry: 84.38 g; Błonnik pok.: 36.21 g; Sól: 11.83 g;	Wartość energetyczna: 1626.00 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 46.68 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 231.82 g; W tym cukry: 39.03 g; Błonnik pok.: 34.33 g; Sól: 12.06 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-05 sobota	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet z soczewicy + 50 g (GLU PSZ, JAJ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki + 90 g (MLE) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenka kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (GLU PSZ, JAJ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki + 90 g (MLE) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenka kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet z soczewicy + 50 g (GLU PSZ, JAJ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki + 90 g (MLE) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki + 90 g (MLE) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ) Podudzie z kurczaka pieczone paprykowe + 240 g Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 200 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Podudzie z kurczaka pieczone paprykowe + 240 g Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenka długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenka długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.)					
		Wartość energetyczna: 2575.86 kcal; Białko ogółem: 85.79 g; Tłuszcz: 82.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 363.81 g; W tym cukry: 83.79 g; Błonnik pok.: 36.53 g; Sól: 13.45 g;	Wartość energetyczna: 2312.85 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 352.61 g; W tym cukry: 81.83 g; Błonnik pok.: 30.61 g; Sól: 12.52 g;	Wartość energetyczna: 2446.36 kcal; Białko ogółem: 113.14 g; Tłuszcz: 87.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 308.34 g; W tym cukry: 66.71 g; Błonnik pok.: 38.30 g; Sól: 12.18 g;	Wartość energetyczna: 2406.94 kcal; Białko ogółem: 85.92 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 389.40 g; W tym cukry: 109.97 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 12.15 g;	Wartość energetyczna: 2725.06 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 85.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 389.40 g; W tym cukry: 96.53 g; Błonnik pok.: 36.55 g; Sól: 13.64 g;	Wartość energetyczna: 2135.54 kcal; Białko ogółem: 105.08 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 250.96 g; W tym cukry: 50.48 g; Błonnik pok.: 34.70 g; Sól: 10.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus + 50 g (SOJ.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mix sałat 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki pieczone z ziołami + 200 g Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Cukinia gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 200 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka z pomidorów b/skórki i koperku 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PZ	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)
	Wartość energetyczna: 2652.91 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 89.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 378.09 g; W tym cukry: 100.29 g; Błonnik pok.: 52.02 g; Sól: 11.90 g;	Wartość energetyczna: 2797.76 kcal; Białko ogółem: 104.90 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 426.22 g; W tym cukry: 96.75 g; Błonnik pok.: 34.39 g; Sól: 12.95 g;	Wartość energetyczna: 3237.29 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 317.93 g; W tym cukry: 52.74 g; Błonnik pok.: 47.77 g; Sól: 12.10 g;	Wartość energetyczna: 2596.44 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 402.94 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sól: 13.05 g;	Wartość energetyczna: 2814.19 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 90.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 396.62 g; W tym cukry: 100.35 g; Błonnik pok.: 55.26 g; Sól: 12.43 g;	Wartość energetyczna: 1926.31 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 274.93 g; W tym cukry: 43.75 g; Błonnik pok.: 41.16 g; Sól: 13.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-04-07 poniedziałek	Śniadanie	Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (JAJ,) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (JAJ,) Pasta warzywna + 80 g (SEL,) Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (JAJ,) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE,) Pasta warzywna + 80 g (SEL,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta jajeczno-brokulowa + 100 g (JAJ,) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		II ŚN	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt Kanaпка z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, może zawierać: MLE, GOR,)	Banan 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	
2025-04-07 poniedziałek	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (SOJ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Sos jarzynowo-drobiowy + 200 g (GLU PSZ, SEL,) Dynia pieczona + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 200 g (SOJ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
2025-04-07 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Frankfurterki 80 g (SOJ,) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Frankfurterki 80 g (SOJ,) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Kanaпка z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Kanaпка z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	
		Wartość energetyczna: 2346.58 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 84.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 331.49 g; W tym cukry: 85.73 g; Błonnik pok.: 33.32 g; Sól: 13.16 g;	Wartość energetyczna: 2237.12 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 70.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 326.64 g; W tym cukry: 84.65 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 10.93 g;	Wartość energetyczna: 2316.41 kcal; Białko ogółem: 85.13 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 349.13 g; W tym cukry: 56.90 g; Błonnik pok.: 49.27 g; Sól: 13.16 g;	Wartość energetyczna: 2329.62 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 369.96 g; W tym cukry: 111.57 g; Błonnik pok.: 33.17 g; Sól: 10.36 g;	Wartość energetyczna: 2537.09 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 91.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 350.84 g; W tym cukry: 99.18 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sól: 14.17 g;	Wartość energetyczna: 1760.28 kcal; Białko ogółem: 65.55 g; Tłuszcz: 58.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 257.25 g; W tym cukry: 34.20 g; Błonnik pok.: 40.74 g; Sól: 10.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, MLE.) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, MLE.) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Pomarańcza 1 szt. 1 szt
Obiad	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 200 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sałatka z pęczaku,ciociorki,ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ.)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет wieprzowy z żurawiną + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет wieprzowy z żurawiną + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	P.N	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2589.63 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 96.13 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; W tym cukry: 94.17 g; Błonnik pok.: 40.30 g; Sól: 12.40 g;	Wartość energetyczna: 2380.96 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 336.01 g; W tym cukry: 89.95 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sól: 11.14 g;	Wartość energetyczna: 2345.74 kcal; Białko ogółem: 116.62 g; Tłuszcz: 81.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 302.42 g; W tym cukry: 53.75 g; Błonnik pok.: 45.40 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 2312.36 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 67.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 332.02 g; W tym cukry: 87.61 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 11.37 g;	Wartość energetyczna: 2877.63 kcal; Białko ogółem: 118.50 g; Tłuszcz: 105.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 359.57 g; W tym cukry: 102.76 g; Błonnik pok.: 48.04 g; Sól: 12.66 g;	Wartość energetyczna: 1980.36 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 259.71 g; W tym cukry: 47.75 g; Błonnik pok.: 39.22 g; Sól: 9.49 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-04-09 środa	Śniadanie	Owsianka z jabłkami 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z jabłkami 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miod (25g) 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z jabłkami 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt		
2025-04-09 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos dyniowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wielowarzynna z zacierką + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos dyniowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos dyniowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z zacierką + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos dyniowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Cukinia gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos dyniowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Cukinia gotowana + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wielowarzynna z zacierką + 200 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Stupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-ziolowy + 30 g (<u>MLE.</u>)		Stupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-ziolowy + 30 g (<u>MLE.</u>)	
2025-04-09 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		PN	Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2380.48 kcal; Białko ogółem: 95.92 g; Tłuszcz: 67.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 362.43 g; W tym cukry: 122.38 g; Błonnik pok.: 38.05 g; Sól: 10.34 g;	Wartość energetyczna: 2380.85 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 56.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 374.88 g; W tym cukry: 127.36 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2155.38 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 289.82 g; W tym cukry: 60.59 g; Błonnik pok.: 39.98 g; Sól: 12.58 g;	Wartość energetyczna: 2408.94 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 51.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 385.95 g; W tym cukry: 109.59 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2441.84 kcal; Białko ogółem: 98.70 g; Tłuszcz: 69.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 371.77 g; W tym cukry: 128.84 g; Błonnik pok.: 40.29 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 1770.63 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 46.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 262.29 g; W tym cukry: 69.54 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 8.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-04-10 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ, GOR,) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 80 g (MLE,) Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JECZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ, GOR,) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ, GOR,) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JECZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ, GOR,) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Kanaпка z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	Jabłko 150 g Kanaпка z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	Jabłko 150 g Kanaпка z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	Jabłko 150 g Kanaпка z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)
2025-04-10 czwartek	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z rzepy, ogórka kiszzonego i rukoli + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Dyńia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z rzepy, ogórka kiszzonego i rukoli + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL,) Dyńia na parze + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 200 ml (SOJ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Dyńia na parze + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 200 ml (SOJ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Dyńia na parze + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (MLE, GLU OW,)	Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (MLE, GLU OW,)	Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (MLE, GLU OW,)	Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (MLE, GLU OW,)
2025-04-10 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 1885.78 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 50.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 287.92 g; W tym cukry: 60.76 g; Błonnik pok.: 32.19 g; Sól: 13.09 g;	Wartość energetyczna: 1925.38 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 49.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 292.81 g; W tym cukry: 63.04 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 11.26 g;	Wartość energetyczna: 2013.69 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 59.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 289.67 g; W tym cukry: 41.26 g; Błonnik pok.: 44.04 g; Sól: 13.95 g;	Wartość energetyczna: 1984.03 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; Węglowodany ogółem: 299.75 g; W tym cukry: 65.19 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 10.95 g;	Wartość energetyczna: 2260.84 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 334.50 g; W tym cukry: 70.78 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 14.19 g;	Wartość energetyczna: 1572.78 kcal; Białko ogółem: 78.88 g; Tłuszcz: 45.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.20 g; Węglowodany ogółem: 227.71 g; W tym cukry: 33.71 g; Błonnik pok.: 37.52 g; Sól: 10.81 g;	

Jadłospis za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-04-11 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor koktajlowe b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek + 50 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek + 50 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej, 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Mandarynka 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Mandarynka 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt
2025-04-11 piątek	Obiad	Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk smażony 120g + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (MLE.) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (RYB.) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SOJ.) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (MLE.) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (RYB.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Cukinia gotowana + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (RYB.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Cukinia gotowana + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (RYB.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (MLE.) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa + 200 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (RYB.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (MLE.) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	
2025-04-11 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z białek z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)				
	Wartość energetyczna: 2250.90 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; Tłuszcz: 67.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 318.27 g; W tym cukry: 83.82 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 9.99 g;	Wartość energetyczna: 2135.09 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 60.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 304.13 g; W tym cukry: 81.93 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 10.41 g;	Wartość energetyczna: 2029.89 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 60.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 280.57 g; W tym cukry: 71.53 g; Błonnik pok.: 37.46 g; Sól: 9.99 g;	Wartość energetyczna: 2074.27 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 43.54 g; Kw. tł. nasy.: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; W tym cukry: 105.05 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 9.84 g;	Wartość energetyczna: 2255.53 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 324.77 g; W tym cukry: 100.28 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 10.74 g;	Wartość energetyczna: 1679.49 kcal; Białko ogółem: 91.43 g; Tłuszcz: 51.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 225.11 g; W tym cukry: 46.94 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 8.47 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-04-12 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt
2025-04-12 sobota	Obiad	Zupa selerowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Kociołek z kurczaka meksykański + 180 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (SEL.) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Kociołek z kurczaka meksykański + 180 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem + 200 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 150 g Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem + 200 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 150 g Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
2025-04-12 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (MLE, GOR, S02.) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2233.18 kcal; Białko ogółem: 91.00 g; Tłuszcz: 69.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 325.55 g; W tym cukry: 91.41 g; Błonnik pok.: 40.66 g; Sól: 13.89 g;	Wartość energetyczna: 2224.81 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 323.29 g; W tym cukry: 85.36 g; Błonnik pok.: 35.60 g; Sól: 12.93 g;	Wartość energetyczna: 2368.78 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 81.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 319.26 g; W tym cukry: 50.31 g; Błonnik pok.: 49.60 g; Sól: 16.67 g;	Wartość energetyczna: 2234.08 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 65.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 323.82 g; W tym cukry: 85.84 g; Błonnik pok.: 34.81 g; Sól: 12.59 g;	Wartość energetyczna: 2377.18 kcal; Białko ogółem: 99.40 g; Tłuszcz: 74.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 341.60 g; W tym cukry: 91.41 g; Błonnik pok.: 40.66 g; Sól: 16.16 g;	Wartość energetyczna: 1786.87 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 250.74 g; W tym cukry: 52.39 g; Błonnik pok.: 41.18 g; Sól: 11.98 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-31 do dnia 2025-04-13 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-13 niedziela	Sniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka a'la caprese + 150 g (MLE.) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka a'la caprese dieta + 150 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka a'la caprese + 150 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka a'la caprese dieta + 150 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka a'la caprese + 150 g (MLE.) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka a'la caprese + 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Kanaпка z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanaпка z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt
2025-04-13 niedziela	Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (SOJ, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (SOJ, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (SOJ, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (SOJ, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Cukinia gotowana + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (SOJ, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 200 ml (SOJ, SEL.) Kluski śląskie + 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sałatka z kalafiora, oliwy i koperku + 100 g		Sałatka z kalafiora, oliwy i koperku + 100 g		
2025-04-13 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2919.61 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 123.15 g; Kw. tł. nasy.: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 356.73 g; W tym cukry: 76.09 g; Błonnik pok.: 36.22 g; Sól: 15.37 g;	Wartość energetyczna: 2649.83 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 88.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 360.34 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 13.83 g;	Wartość energetyczna: 2448.99 kcal; Białko ogółem: 115.15 g; Tłuszcz: 93.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 303.15 g; W tym cukry: 43.88 g; Błonnik pok.: 45.43 g; Sól: 15.64 g;	Wartość energetyczna: 2558.93 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 349.83 g; W tym cukry: 69.13 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 13.66 g;	Wartość energetyczna: 3190.29 kcal; Białko ogółem: 120.43 g; Tłuszcz: 134.05 g; Kw. tł. nasy.: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 390.67 g; W tym cukry: 78.66 g; Błonnik pok.: 42.03 g; Sól: 17.58 g;	Wartość energetyczna: 1934.64 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 74.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 234.32 g; W tym cukry: 43.96 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 11.32 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,