

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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
2025-05-12 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (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 z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) 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,) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 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,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	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,) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) 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-pszenny 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,) Papryka świeża 90 g Rukola 10 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,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Papryka świeża 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 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	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy węgierski + 180 g (MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (MLE, SEL,) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy węgierski + 180 g (MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (MLE, SEL,) Sos pomidorowy + 80 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL,) Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy węgierski + 180 g (MLE,) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 200 g (MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (MLE, SEL,) Sos pomidorowy + 50 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 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,)	
	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,) Ser żółty 50 g (MLE,) 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,) Serek śmietankowy 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 razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Pomidor b/skórki 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,) Serek śmietankowy 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,) Ser żółty 50 g (MLE,) 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,) Serek śmietankowy naturalny 80 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)
		Wartość energetyczna: 2315.69 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 80.26 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 313.95 g; W tym cukry: 73.93 g; Błonnik pok.: 33.39 g; Sól: 11.32 g;	Wartość energetyczna: 2367.44 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 83.63 g; Kw. tł. nasy.: 40.29 g; Węglowodany ogółem: 334.22 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sól: 10.05 g;	Wartość energetyczna: 2341.51 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 86.48 g; Kw. tł. nasy.: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 295.51 g; W tym cukry: 35.64 g; Błonnik pok.: 45.24 g; Sól: 11.63 g;	Wartość energetyczna: 2423.88 kcal; Białko ogółem: 80.87 g; Tłuszcz: 86.10 g; Kw. tł. nasy.: 40.42 g; Węglowodany ogółem: 340.96 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2441.71 kcal; Białko ogółem: 106.10 g; Tłuszcz: 86.73 g; Kw. tł. nasy.: 40.96 g; Węglowodany ogółem: 322.12 g; W tym cukry: 74.15 g; Błonnik pok.: 33.39 g; Sól: 11.71 g;	Wartość energetyczna: 1956.90 kcal; Białko ogółem: 73.60 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.76 g; Węglowodany ogółem: 248.68 g; W tym cukry: 29.69 g; Błonnik pok.: 41.61 g; Sól: 8.70 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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 ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z fasoli + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata strzępiasta czerwona 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.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata strzępiasta czerwona 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.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata strzępiasta czerwona 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.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pasta z białek z koperkiem + 50 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata strzępiasta czerwona 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.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata strzępiasta czerwona 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.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
II ŚN	Melón 150 g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Melón 150 g	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Melón 150 g	
Obiad	Krupnik jęczmienny + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE.) Surówka z selera z rodzynkami + 100 g (MLE, SEL.) Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 100 g Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE.) Surówka Coleslaw + 100 g (JAJ, MLE, GOR, SO2.) Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE.) Marchew mini gotowana + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE.) Surówka z selera z rodzynkami + 100 g (MLE, SEL.) Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 200 ml (GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE.) Surówka z selera z rodzynkami + 100 g Marchew mini gotowana + 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.) Serek ziamisty 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	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 ziamisty 150g 1 szt (MLE.) Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 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.) Serek ziamisty 150g 1 szt (MLE.) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 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.) Serek ziamisty 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	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 ziamisty 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	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 ziamisty 150g 1 szt (MLE.) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 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: 2385.07 kcal; Białko ogółem: 116.80 g; Tłuszcz: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 331.53 g; W tym cukry: 87.19 g; Błonnik pok.: 38.53 g; Sól: 15.16 g;	Wartość energetyczna: 2311.76 kcal; Białko ogółem: 118.00 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 323.67 g; W tym cukry: 88.17 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sól: 16.24 g;	Wartość energetyczna: 2222.66 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 305.82 g; W tym cukry: 73.01 g; Błonnik pok.: 38.65 g; Sól: 15.81 g;	Wartość energetyczna: 2305.16 kcal; Białko ogółem: 114.99 g; Tłuszcz: 57.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.40 g; Węglowodany ogółem: 344.43 g; W tym cukry: 106.81 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 15.14 g;	Wartość energetyczna: 2383.46 kcal; Białko ogółem: 122.66 g; Tłuszcz: 64.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 344.14 g; W tym cukry: 98.29 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 15.89 g;	Wartość energetyczna: 1990.48 kcal; Białko ogółem: 114.87 g; Tłuszcz: 58.49 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; Węglowodany ogółem: 267.55 g; W tym cukry: 56.80 g; Błonnik pok.: 36.65 g; Sól: 13.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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
2025-05-14 środa	Śniadanie	Jagłanka 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) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jagłanka 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) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Mix салат 20 g Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Platki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jagłanka 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) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt		
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pieczarkowy + 80 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem brązowym + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos pieczarkowy + 80 g (MLE)	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE) Szpinaż gotowany z olejem + 100 g Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pieczarkowy + 80 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem brązowym + 200 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Sos pieczarkowy + 80 g (MLE) Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g 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) Paprykarz z dorsza + 100 g (RYB, SOJ, SEL) 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) Paprykarz z dorsza + 100 g (RYB, SOJ, SEL) 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) Paprykarz z dorsza + 100 g (RYB, SOJ, SEL) 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) Paprykarz z dorsza + 100 g (RYB, SOJ, SEL) 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) Paprykarz z dorsza + 100 g (RYB, SOJ, SEL) 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) Paprykarz z dorsza + 100 g (RYB, SOJ, SEL) 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
		Wartość energetyczna: 2447.56 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 86.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 347.45 g; W tym cukry: 63.45 g; Błonnik pok.: 39.85 g; Sól: 11.25 g;	Wartość energetyczna: 2175.73 kcal; Białko ogółem: 90.02 g; Tłuszcz: 63.19 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 331.97 g; W tym cukry: 77.82 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2433.64 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 85.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 333.22 g; W tym cukry: 41.80 g; Błonnik pok.: 47.76 g; Sól: 13.77 g;	Wartość energetyczna: 2214.92 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 323.41 g; W tym cukry: 79.85 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2601.46 kcal; Białko ogółem: 98.18 g; Tłuszcz: 86.91 g; Kw. tł. nasy.: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 381.01 g; W tym cukry: 75.34 g; Błonnik pok.: 44.96 g; Sól: 11.97 g;	Wartość energetyczna: 1921.99 kcal; Białko ogółem: 81.08 g; Tłuszcz: 69.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 258.23 g; W tym cukry: 30.19 g; Błonnik pok.: 39.16 g; Sól: 11.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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
2025-05-15 czwartek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Winogrona 100 g	Banan 1szt. 1 szt	Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (<u>MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowy naturalny + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalafior gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana + 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowy naturalny + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 200 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Potrawka z kurczaka + 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalafior gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ.</u>)		Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Orzechy włoskie łuskane 20 g (<u>ORZ.</u>)	
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>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 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>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 60 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 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>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 60 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 60 g Pomidor 90 g Roszponka 10 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>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 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>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 60 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)					
	Wartość energetyczna: 2436.69 kcal; Białko ogółem: 77.73 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 372.21 g; W tym cukry: 117.21 g; Błonnik pok.: 34.91 g; Sól: 12.55 g;	Wartość energetyczna: 2377.56 kcal; Białko ogółem: 80.35 g; Tłuszcz: 57.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 396.85 g; W tym cukry: 133.72 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 11.03 g;	Wartość energetyczna: 2108.16 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 281.40 g; W tym cukry: 66.56 g; Błonnik pok.: 42.48 g; Sól: 12.28 g;	Wartość energetyczna: 2151.74 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 53.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.40 g; Węglowodany ogółem: 338.56 g; W tym cukry: 114.15 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 11.18 g;	Wartość energetyczna: 2747.04 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz: 82.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 411.38 g; W tym cukry: 147.14 g; Błonnik pok.: 38.03 g; Sól: 12.78 g;	Wartość energetyczna: 1778.10 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; Węglowodany ogółem: 242.18 g; W tym cukry: 50.56 g; Błonnik pok.: 38.11 g; Sól: 10.74 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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
2025-05-16 piątek	Śniadanie	Kasza manna 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 ze słonecznikiem + 50 g (MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) 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 długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek z koperkiem + 50 g (MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy 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,) Twarożek ze słonecznikiem + 50 g (MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek z koperkiem + 50 g (MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) 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 (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 ze słonecznikiem + 50 g (MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek ze słonecznikiem + 50 g (MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) 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 (MLE,)	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE,)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE,)	Jabłko 150 g
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z morschczuka 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morschczuka + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Seler gotowany + 100 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morschczuka + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Seler gotowany + 100 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL,)	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morschczuka + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Seler gotowany + 100 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL,)	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z morschczuka 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 170 g (SOJ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet z morschczuka + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL,)
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	
	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,) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g (może zawierać: MLE, GOR,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt 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,) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g (może zawierać: MLE, GOR,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt 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,) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g (może zawierać: MLE, GOR,) 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 wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g (może zawierać: MLE, GOR,) Sałatka z pomidorów b/s i koperku 100 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,) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g (może zawierać: MLE, GOR,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt 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,) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g (może zawierać: MLE, GOR,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Pieczynko chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Pieczynko chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2343.08 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 336.89 g; W tym cukry: 79.23 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sól: 12.46 g;	Wartość energetyczna: 2245.11 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 71.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 321.69 g; W tym cukry: 90.66 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 12.66 g;	Wartość energetyczna: 2180.12 kcal; Białko ogółem: 111.34 g; Tłuszcz: 71.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 285.84 g; W tym cukry: 59.45 g; Błonnik pok.: 41.02 g; Sól: 14.57 g;	Wartość energetyczna: 2130.77 kcal; Białko ogółem: 102.66 g; Tłuszcz: 57.44 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 310.92 g; W tym cukry: 82.48 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sól: 11.36 g;	Wartość energetyczna: 2500.16 kcal; Białko ogółem: 117.23 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 354.07 g; W tym cukry: 85.61 g; Błonnik pok.: 35.12 g; Sól: 12.89 g;	Wartość energetyczna: 1784.47 kcal; Białko ogółem: 91.92 g; Tłuszcz: 57.78 g; Kw. tł. nasy.: 17.92 g; Węglowodany ogółem: 235.78 g; W tym cukry: 40.05 g; Błonnik pok.: 35.99 g; Sól: 12.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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
2025-05-17 sobota	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II śN	Kiwi 1 szt 1 szt		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kiwi 1 szt 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa krem z kalafiora + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Marchew gotowana + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 200 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) 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	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na sypko (brązowy) 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,</u>)					
		Wartość energetyczna: 2182.68 kcal; Białko ogółem: 86.14 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 340.26 g; W tym cukry: 106.49 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2139.66 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 52.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 343.64 g; W tym cukry: 105.84 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2178.92 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.32 g; Węglowodany ogółem: 323.73 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2217.72 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz: 47.69 g; Kw. tł. nasy.: 14.40 g; Węglowodany ogółem: 376.42 g; W tym cukry: 135.30 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2331.88 kcal; Białko ogółem: 91.28 g; Tłuszcz: 62.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 365.85 g; W tym cukry: 119.23 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 1751.11 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; Węglowodany ogółem: 261.37 g; W tym cukry: 50.84 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 6.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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
2025-05-18 niedziela	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c (MLE, GLU ŻYT, 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 ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c (MLE, GLU ŻYT, 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 ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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.) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mix салат 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 ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Mix салат 20 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c (MLE, GLU ŻYT, 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 ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 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	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa fasolowa z kielbasą + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka Coleslaw + 100 g (JAJ, MLE, GOR, SO2.) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Dynia na parze + 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa (ryż brązowy) + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Surówka Coleslaw + 100 g (JAJ, MLE, GOR, SO2.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Dynia na parze + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa fasolowa z kielbasą + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka Coleslaw + 100 g (JAJ, MLE, GOR, SO2.) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa (ryż brązowy) + 200 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Dynia na parze + 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 ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Salatka 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 ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Salatka z pomidorów bez 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 ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Salatka 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.) Salatka z pomidorów bez 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 ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Salatka 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 ŻYT.) 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.) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	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.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2660.01 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 95.03 g; Kw. tł. nasy.: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 356.65 g; W tym cukry: 101.45 g; Błonnik pok.: 52.46 g; Sól: 10.78 g;	Wartość energetyczna: 2850.81 kcal; Białko ogółem: 111.98 g; Tłuszcz: 95.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 400.27 g; W tym cukry: 99.26 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 11.04 g;	Wartość energetyczna: 2488.88 kcal; Białko ogółem: 116.50 g; Tłuszcz: 95.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 307.31 g; W tym cukry: 56.11 g; Błonnik pok.: 46.85 g; Sól: 10.86 g;	Wartość energetyczna: 2796.63 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 88.62 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 406.15 g; W tym cukry: 80.52 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sól: 12.61 g;	Wartość energetyczna: 2843.91 kcal; Białko ogółem: 123.89 g; Tłuszcz: 100.28 g; Kw. tł. nasy.: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 372.04 g; W tym cukry: 101.45 g; Błonnik pok.: 55.43 g; Sól: 10.82 g;	Wartość energetyczna: 1918.16 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 73.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 244.61 g; W tym cukry: 44.53 g; Błonnik pok.: 39.69 g; Sól: 10.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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	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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE,) Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE,) Pasta warzywna + 80 g (SEL,) Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE,) Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 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,) Salata 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,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE,) Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, JAJ, 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE,) Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
II ŚN	Mandarynka 1 szt		Mandarynka 1 szt Kanapka z szynką i salatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, może zawierać: MLE, GOR,)	Banan 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	
Obiad	Żurek z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Kasza gryczana 200 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE,) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE,) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Kasza gryczana 200 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE,) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE,) Marchew gotowana + 100 g Kukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE,) Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 200 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE,) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 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,) 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 ziamisty naturalny 80 g (MLE,) Pomidor b/skórki 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 ziamisty 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 ziamisty naturalny 80 g (MLE,) 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-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 ziamisty 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		Kanapka z szynką i salatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt		Kanapka z szynką i salatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE,)
	Wartość energetyczna: 2539.13 kcal; Białko ogółem: 112.79 g; Tłuszcz: 104.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 300.86 g; W tym cukry: 81.81 g; Błonnik pok.: 31.25 g; Sól: 13.84 g;	Wartość energetyczna: 2187.15 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 316.03 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 31.31 g; Sól: 10.43 g;	Wartość energetyczna: 2505.76 kcal; Białko ogółem: 118.40 g; Tłuszcz: 90.49 g; Kw. tł. nasy.: 35.73 g; Węglowodany ogółem: 322.42 g; W tym cukry: 52.50 g; Błonnik pok.: 42.17 g; Sól: 13.83 g;	Wartość energetyczna: 2209.00 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 346.76 g; W tym cukry: 107.03 g; Błonnik pok.: 29.92 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2711.72 kcal; Białko ogółem: 118.64 g; Tłuszcz: 111.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; Węglowodany ogółem: 322.06 g; W tym cukry: 95.79 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 14.83 g;	Wartość energetyczna: 1839.06 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 236.35 g; W tym cukry: 30.26 g; Błonnik pok.: 34.18 g; Sól: 10.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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
2025-05-20 wtorek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 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 (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 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 (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 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 (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 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 (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizeria + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna + 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizeria + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa grysikowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizeria + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna + 170 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Mizeria + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Salatka z pęczaku,ciociorki,ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ,</u>)	
2025-05-21 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>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Papryka świeża 80 g 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 ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Papryka świeża 80 g 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Papryka świeża 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>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) 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 (<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>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/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>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2526.09 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 94.36 g; Kw. tł. nasy.: 37.45 g; Węglowodany ogółem: 330.86 g; W tym cukry: 81.60 g; Błonnik pok.: 40.31 g; Sól: 11.01 g;	Wartość energetyczna: 2497.67 kcal; Białko ogółem: 103.93 g; Tłuszcz: 89.59 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 329.93 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 32.59 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 2473.30 kcal; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 96.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 302.35 g; W tym cukry: 47.92 g; Błonnik pok.: 46.75 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 2252.09 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 70.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 323.07 g; W tym cukry: 69.40 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sól: 11.44 g;	Wartość energetyczna: 2814.09 kcal; Białko ogółem: 113.34 g; Tłuszcz: 103.81 g; Kw. tł. nasy.: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 368.57 g; W tym cukry: 90.19 g; Błonnik pok.: 48.05 g; Sól: 11.26 g;	Wartość energetyczna: 2095.08 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 84.81 g; Kw. tł. nasy.: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 258.57 g; W tym cukry: 45.16 g; Błonnik pok.: 40.30 g; Sól: 8.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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
2025-05-21 środa	Śniadanie	Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiewka szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem + 90 g (MLE.) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW, GLU PSZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiewka szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem + 90 g (MLE.) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW, GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 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	Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiewka szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem + 90 g (MLE.) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW, GLU PSZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiewka szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 90 g (MLE.) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt		
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE.) Surówka z marchwi i selera + 100 g (MLE, SEL.) Kalaflor gotowany + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE.) Surówka z marchwi i selera + 100 g (MLE, SEL.) Kalaflor gotowany + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi i selera + 100 g (MLE, SEL.) Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE.) Seler gotowany + 100 g (SEL.) Dynia na parze + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE.) Kalaflor gotowany + 100 g Surówka z marchwi i selera + 100 g (MLE, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 200 ml (SOJ, SEL.) Ryż na sypko 150 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kalaflor gotowany + 100 g Surówka z marchwi i selera + 100 g (MLE, SEL.) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Slupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE.)	Slupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE.)		
	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.) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 60 g Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) 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.) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE.) 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		
		Wartość energetyczna: 2573.20 kcal; Białko ogółem: 82.70 g; Tłuszcz: 79.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.25 g; Węglowodany ogółem: 398.31 g; W tym cukry: 122.57 g; Błonnik pok.: 44.50 g; Sól: 11.76 g;	Wartość energetyczna: 2498.82 kcal; Białko ogółem: 83.10 g; Tłuszcz: 73.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 389.14 g; W tym cukry: 124.21 g; Błonnik pok.: 34.29 g; Sól: 10.02 g;	Wartość energetyczna: 2175.90 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 303.18 g; W tym cukry: 55.71 g; Błonnik pok.: 48.95 g; Sól: 12.79 g;	Wartość energetyczna: 2561.68 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 404.65 g; W tym cukry: 115.09 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 9.14 g;	Wartość energetyczna: 2640.28 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 82.51 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 407.54 g; W tym cukry: 128.96 g; Błonnik pok.: 46.74 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 1961.99 kcal; Białko ogółem: 73.50 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 283.53 g; W tym cukry: 68.51 g; Błonnik pok.: 38.24 g; Sól: 10.62 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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
2025-05-22 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 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 ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasta z kurczaka + 50 g Sałatka z pomidorów bez skórki i koperku + 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 (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasta z kurczaka + 50 g Sałatka z pomidorów bez skórki i koperku + 80 g Mix sałat 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 razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g 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 (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (<u>MLE,</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną + 150 g (<u>SEL,</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną + 150 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną + 150 g (<u>SEL,</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 200 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL,</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>)		Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>)	
	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>) Piersz delikatna z kunej 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 (<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>) Piersz delikatna z kunej 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kunej 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 (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kunej 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 (<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>) Piersz delikatna z kunej 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kunej 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 wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2029.73 kcal; Białko ogółem: 76.65 g; Tłuszcz: 55.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.04 g; Węglowodany ogółem: 317.77 g; W tym cukry: 68.00 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 11.89 g;	Wartość energetyczna: 2098.07 kcal; Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 57.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 319.54 g; W tym cukry: 67.99 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 11.63 g;	Wartość energetyczna: 1922.79 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 56.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 278.25 g; W tym cukry: 44.46 g; Błonnik pok.: 42.12 g; Sól: 11.79 g;	Wartość energetyczna: 2108.07 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 320.24 g; W tym cukry: 68.59 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 11.31 g;	Wartość energetyczna: 2123.13 kcal; Białko ogółem: 82.88 g; Tłuszcz: 56.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.68 g; Węglowodany ogółem: 331.75 g; W tym cukry: 75.14 g; Błonnik pok.: 33.25 g; Sól: 12.12 g;	Wartość energetyczna: 1657.99 kcal; Białko ogółem: 69.90 g; Tłuszcz: 47.68 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 249.37 g; W tym cukry: 38.38 g; Błonnik pok.: 36.66 g; Sól: 10.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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
2025-05-23 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 250 ml (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,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g 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	Ryż 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,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 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	Ryż brązowy 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,) Twarożek + 50 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Ryż na mleku 250 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek + 50 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (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,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g 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	Ryż 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,) Twarożek + 50 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g 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
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziolowej 100g + 100 g (RYB,) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SO2,) Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (RYB,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL,) Fasolka szparagowa zielona + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (RYB,) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SO2,) Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 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,) Szpinaż gotowany z olejem + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziolowej 100g + 100 g (RYB,) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SO2,) Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa + 170 g (SOJ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziolowej 100g + 100 g (RYB,) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SO2,) Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 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	
	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: 2132.17 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 65.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 298.03 g; W tym cukry: 80.86 g; Błonnik pok.: 32.11 g; Sól: 10.80 g;	Wartość energetyczna: 2165.27 kcal; Białko ogółem: 112.52 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 302.90 g; W tym cukry: 79.99 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 10.24 g;	Wartość energetyczna: 2117.55 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 66.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 281.45 g; W tym cukry: 68.62 g; Błonnik pok.: 38.19 g; Sól: 10.08 g;	Wartość energetyczna: 2154.70 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 50.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 327.46 g; W tym cukry: 102.68 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 9.83 g;	Wartość energetyczna: 2277.82 kcal; Białko ogółem: 106.80 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; W tym cukry: 96.57 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 10.97 g;	Wartość energetyczna: 1720.96 kcal; Białko ogółem: 90.40 g; Tłuszcz: 57.34 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 225.58 g; W tym cukry: 43.00 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 8.71 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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
2025-05-24 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 drobiową z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g 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 drobiową z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g 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 drobiową z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g 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 drobiową z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g 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 drobiową z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g 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 drobiową z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g 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
	Obiad	Zupa szczawiowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Brukselka gotowana + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Brukselka gotowana + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Seler gotowany + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Brukselka gotowana + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 200 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 150 g Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	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 twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (MLE.) 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-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2214.55 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 323.74 g; W tym cukry: 87.01 g; Błonnik pok.: 39.73 g; Sól: 13.62 g;	Wartość energetyczna: 2231.55 kcal; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz: 60.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 338.84 g; W tym cukry: 93.68 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sól: 11.68 g;	Wartość energetyczna: 2295.28 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 77.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 314.81 g; W tym cukry: 47.50 g; Błonnik pok.: 51.99 g; Sól: 16.08 g;	Wartość energetyczna: 2195.20 kcal; Białko ogółem: 98.89 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 336.34 g; W tym cukry: 90.05 g; Błonnik pok.: 34.59 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 2358.55 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g; W tym cukry: 87.01 g; Błonnik pok.: 39.73 g; Sól: 15.89 g;	Wartość energetyczna: 1842.69 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 268.99 g; W tym cukry: 47.16 g; Błonnik pok.: 42.24 g; Sól: 11.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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
2025-05-25 niedziela	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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>) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Kalarepa + 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) 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>) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Kalarepa + 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor b/skórki 70 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Kalarepa + 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) 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>) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Kalarepa + 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kalaflor gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kalaflor gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Marchew gotowana + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kalaflor gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 200 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kalaflor gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>)
	PD			Salatka z brokułu, pomidora i jogurtem + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>)		Salatka z brokułu, pomidora i jogurtem + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>)	
	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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g (<u>SEL,</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/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>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Pasztet z cukinii i warzyw + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/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>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pasztet z cukinii i warzyw + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/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>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pasztet z cukinii i warzyw + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	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	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: 2578.95 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz: 98.82 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 342.23 g; W tym cukry: 75.34 g; Błonnik pok.: 36.05 g; Sól: 13.36 g;	Wartość energetyczna: 2407.13 kcal; Białko ogółem: 100.24 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; Węglowodany ogółem: 357.35 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 12.78 g;	Wartość energetyczna: 2164.42 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 75.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 293.19 g; W tym cukry: 49.56 g; Błonnik pok.: 46.96 g; Sól: 13.55 g;	Wartość energetyczna: 2312.28 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 67.59 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 348.33 g; W tym cukry: 66.42 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 12.51 g;	Wartość energetyczna: 2840.86 kcal; Białko ogółem: 104.56 g; Tłuszcz: 108.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.82 g; Węglowodany ogółem: 376.62 g; W tym cukry: 78.89 g; Błonnik pok.: 41.21 g; Sól: 15.37 g;	Wartość energetyczna: 1874.09 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 69.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 242.03 g; W tym cukry: 43.52 g; Błonnik pok.: 39.39 g; Sól: 11.23 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
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,