

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-14 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 JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-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 JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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 JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-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 50 g (MLE) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-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 (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) 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 (brązowy) 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 (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) 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 (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) 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 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 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 100g 1 szt			Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)
		Wartość energetyczna: 2321.29 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 79.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 315.55 g; W tym cukry: 73.93 g; Błonnik pok.: 32.79 g; Sól: 11.33 g;	Wartość energetyczna: 2433.56 kcal; Białko ogółem: 85.73 g; Tłuszcz: 86.91 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 333.86 g; W tym cukry: 72.75 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 10.12 g;	Wartość energetyczna: 2335.67 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 86.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; W tym cukry: 35.22 g; Błonnik pok.: 44.30 g; Sól: 11.61 g;	Wartość energetyczna: 2489.35 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 89.38 g; Kw. tł. nasy.: 41.42 g; Węglowodany ogółem: 340.46 g; W tym cukry: 75.76 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 2447.31 kcal; Białko ogółem: 106.22 g; Tłuszcz: 86.19 g; Kw. tł. nasy.: 41.16 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; W tym cukry: 74.15 g; Błonnik pok.: 32.79 g; Sól: 11.72 g;	Wartość energetyczna: 2011.09 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz: 82.72 g; Kw. tł. nasy.: 39.53 g; Węglowodany ogółem: 247.01 g; W tym cukry: 26.69 g; Błonnik pok.: 38.72 g; Sól: 8.54 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-15 wtorek	Śniadanie	Płatki 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.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki 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.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki 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.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki 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.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) 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	Płatki 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.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki 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.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Melon 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Melon 150 g	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Melon 150 g		
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy panierowany + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z selera z rodzynkami + 100 g (MLE, SEL.) Marchew mini gotowana + 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 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	Zupa pomidorowa + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE.) Surówka Colesław + 100 g (JAJ, MLE, GOR, SOJ.) Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) 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	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) 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	Zupa pomidorowa + 170 g (SOJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) 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 (MLE, SEL.) 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 zmiasty 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 zmiasty 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 zmiasty 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 zmiasty 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 zmiasty 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 zmiasty 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: 2291.13 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 324.07 g; W tym cukry: 87.55 g; Błonnik pok.: 33.44 g; Sól: 10.86 g;	Wartość energetyczna: 2328.50 kcal; Białko ogółem: 119.32 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 322.94 g; W tym cukry: 91.23 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 15.42 g;	Wartość energetyczna: 2246.82 kcal; Białko ogółem: 118.29 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 304.21 g; W tym cukry: 76.49 g; Błonnik pok.: 38.02 g; Sól: 15.03 g;	Wartość energetyczna: 2321.90 kcal; Białko ogółem: 116.31 g; Tłuszcz: 58.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 343.70 g; W tym cukry: 109.86 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 14.31 g;	Wartość energetyczna: 2400.20 kcal; Białko ogółem: 123.98 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 343.41 g; W tym cukry: 101.35 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 15.07 g;	Wartość energetyczna: 2004.49 kcal; Białko ogółem: 115.65 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 266.92 g; W tym cukry: 58.85 g; Błonnik pok.: 36.32 g; Sól: 13.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 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	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (<u>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>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (<u>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>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml (<u>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>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (<u>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>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml (<u>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>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Mix sałat 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 (<u>MLE,</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pieczarkowy + 80 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) 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 (<u>MLE,</u>)	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pieczarkowy + 80 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 200 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 150 g Sos pieczarkowy + 80 g (<u>MLE,</u>) Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>)		Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</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>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) 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 (<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>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) 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>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pomidor 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>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</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>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ,</u>)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2577.37 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 95.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 353.08 g; W tym cukry: 60.61 g; Błonnik pok.: 36.90 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 2365.48 kcal; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 79.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 337.01 g; W tym cukry: 74.07 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sól: 9.88 g;	Wartość energetyczna: 2564.04 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 95.71 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 332.41 g; W tym cukry: 39.20 g; Błonnik pok.: 46.03 g; Sól: 13.60 g;	Wartość energetyczna: 2405.32 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 328.60 g; W tym cukry: 76.20 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2731.27 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 95.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.27 g; Węglowodany ogółem: 386.64 g; W tym cukry: 72.50 g; Błonnik pok.: 42.01 g; Sól: 11.42 g;	Wartość energetyczna: 2033.18 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 77.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 261.82 g; W tym cukry: 27.49 g; Błonnik pok.: 35.55 g; Sól: 10.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-17 czwartek	Śniadanie	Platki 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>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki 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>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) 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	Zupa krem z buraków + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z buraków + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa krem z buraków + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Marchew gotowana + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>)	Zupa krem z buraków + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z buraków + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z buraków + 200 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u>) Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalafor 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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: 2440.44 kcal; Białko ogółem: 103.85 g; Tłuszcz: 73.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 333.91 g; W tym cukry: 101.33 g; Błonnik pok.: 34.45 g; Sól: 13.10 g;	Wartość energetyczna: 2384.00 kcal; Białko ogółem: 101.17 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.10 g; Węglowodany ogółem: 353.77 g; W tym cukry: 119.21 g; Błonnik pok.: 28.61 g; Sól: 12.18 g;	Wartość energetyczna: 2259.67 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 82.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 285.90 g; W tym cukry: 71.94 g; Błonnik pok.: 42.70 g; Sól: 12.56 g;	Wartość energetyczna: 2325.19 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 63.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 347.63 g; W tym cukry: 116.96 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sól: 11.47 g;	Wartość energetyczna: 2799.12 kcal; Białko ogółem: 114.05 g; Tłuszcz: 95.54 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 367.63 g; W tym cukry: 132.15 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sól: 13.40 g;	Wartość energetyczna: 1917.46 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 247.46 g; W tym cukry: 53.93 g; Błonnik pok.: 37.54 g; Sól: 10.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-18 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.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt 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.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza gryczana 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.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Ser wędzony 30 g (MLE.) 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.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt 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.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Ser wędzony 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza gryczana 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.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Ser wędzony 30 g (MLE.) 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 pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE.)	Jabłko 150 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sledź w śmietanie 150 g (RYB, MLE, GOR, S02, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morszczuka + 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	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morszczuka + 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.)	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morszczuka + 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.)	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z morszczuka 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	Krupnik jęczmienny + 200 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet z morszczuka + 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.)	
	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.) Salatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) 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.) Salatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) 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.) Salatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) 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.) Salatka z pomidorów bez skórki 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.) Salatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) 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.) Salatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Pieczewo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Pieczewo 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: 2126.13 kcal; Białko ogółem: 70.98 g; Tłuszcz: 58.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 341.30 g; W tym cukry: 85.87 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2211.56 kcal; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 330.12 g; W tym cukry: 97.65 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Sól: 10.95 g;	Wartość energetyczna: 2211.30 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; W tym cukry: 56.34 g; Błonnik pok.: 40.79 g; Sól: 13.35 g;	Wartość energetyczna: 1978.93 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 45.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 322.23 g; W tym cukry: 91.44 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 10.13 g;	Wartość energetyczna: 2472.22 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 364.82 g; W tym cukry: 92.65 g; Błonnik pok.: 36.57 g; Sól: 11.15 g;	Wartość energetyczna: 1826.21 kcal; Białko ogółem: 86.32 g; Tłuszcz: 64.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 234.11 g; W tym cukry: 38.45 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 11.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-19 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 250 ml (<u>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>) Pasztet z soczewicy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (<u>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>) Pasztet warzywny selerowo-marchwiowy dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek żółty 30 g (<u>MLE</u>) Pasztet z soczewicy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 250 ml (<u>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>) Pasztet warzywny selerowo-marchwiowy dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (<u>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>) Pasztet z soczewicy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU 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>) Pasztet z soczewicy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 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>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowy naturalny + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi b/c + 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Mus truskawkowy b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowy naturalny + 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana + 150 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>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowy naturalny + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi b/c + 100 g (<u>MLE</u>) 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>) Pyzy z truskawkami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowy naturalny + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi b/c + 100 g (<u>MLE</u>) 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>) Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Mus truskawkowy b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi b/c + 100 g (<u>MLE</u>) 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 (<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>) Paprykarz z dorsza + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) 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 (<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>) Paprykarz z dorsza + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata 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>) Paprykarz z dorsza + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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>) Paprykarz z dorsza + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) 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 (<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>) Paprykarz z dorsza + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paprykarz z dorsza + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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: 2266.40 kcal; Białko ogółem: 71.54 g; Tłuszcz: 58.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 375.76 g; W tym cukry: 95.11 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sól: 13.70 g;	Wartość energetyczna: 2162.94 kcal; Białko ogółem: 67.09 g; Tłuszcz: 47.86 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 375.37 g; W tym cukry: 96.77 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 10.00 g;	Wartość energetyczna: 2101.62 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 63.50 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 307.69 g; W tym cukry: 67.94 g; Błonnik pok.: 43.01 g; Sól: 11.76 g;	Wartość energetyczna: 2274.43 kcal; Białko ogółem: 66.81 g; Tłuszcz: 47.84 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 407.58 g; W tym cukry: 126.21 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 9.78 g;	Wartość energetyczna: 2391.62 kcal; Białko ogółem: 75.95 g; Tłuszcz: 61.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 396.52 g; W tym cukry: 105.12 g; Błonnik pok.: 35.71 g; Sól: 13.52 g;	Wartość energetyczna: 1794.35 kcal; Białko ogółem: 76.33 g; Tłuszcz: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 17.05 g; Węglowodany ogółem: 268.06 g; W tym cukry: 53.25 g; Błonnik pok.: 39.43 g; Sól: 9.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-20 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Majonez 10g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kielbasa Śląska wieprzowa z cebulką 50 g Mix sałat z pomidorkami koktajlowymi dieta + 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Mix sałat z pomidorkami koktajlowymi dieta + 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Mix sałat z pomidorkami koktajlowymi dieta + 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z kurczaka + 50 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Mix sałat 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Majonez 10g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kielbasa Śląska wieprzowa z cebulką 50 g Mix sałat z pomidorkami koktajlowymi dieta + 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Mix sałat z pomidorkami koktajlowymi dieta + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany + 100 g Sos pomidorowy + 80 g Surówka Coleslaw + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, SO2.</u>) Dynia na parze + 100 g Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany + 100 g Sos pomidorowy + 80 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Dynia na parze + 100 g Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany + 100 g Sos pomidorowy + 80 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Schab gotowany + 100 g Sos pomidorowy + 80 g Dynia na parze + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany + 100 g Surówka Coleslaw + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, SO2.</u>) Dynia na parze + 100 g Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami + 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Schab gotowany + 100 g Sos pomidorowy + 80 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Sałatka 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 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>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<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 piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka 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 (<u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u>)	Kanapka z jajkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u>)	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2950.00 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 116.62 g; Kw. tł. nasy.: 42.25 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g; W tym cukry: 88.50 g; Błonnik pok.: 47.58 g; Sól: 13.30 g;	Wartość energetyczna: 2943.71 kcal; Białko ogółem: 122.30 g; Tłuszcz: 91.49 g; Kw. tł. nasy.: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 398.82 g; W tym cukry: 86.38 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 12.83 g;	Wartość energetyczna: 2459.21 kcal; Białko ogółem: 127.35 g; Tłuszcz: 90.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 301.04 g; W tym cukry: 49.44 g; Błonnik pok.: 44.17 g; Sól: 12.68 g;	Wartość energetyczna: 2739.42 kcal; Białko ogółem: 117.82 g; Tłuszcz: 71.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.22 g; Węglowodany ogółem: 399.61 g; W tym cukry: 80.87 g; Błonnik pok.: 33.14 g; Sól: 13.39 g;	Wartość energetyczna: 3091.86 kcal; Białko ogółem: 128.82 g; Tłuszcz: 120.27 g; Kw. tł. nasy.: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 358.96 g; W tym cukry: 85.67 g; Błonnik pok.: 50.03 g; Sól: 12.93 g;	Wartość energetyczna: 1893.41 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 69.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 239.24 g; W tym cukry: 40.56 g; Błonnik pok.: 37.22 g; Sól: 11.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 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 (<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>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	Makaron 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL,</u>) Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	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>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	Makaron 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>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek śmietankowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
II ŚN	Mandarynka 1 szt		Mandarynka 1 szt Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, może zawierać: MLE, GOR,</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	
Obiad	Zupa fasolowa z kielbasą + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Kasza gryczana 200 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa fasolowa z kielbasą + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Kasza gryczana 200 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Marchew gotowana + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Marchew gotowana + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa fasolowa z kielbasą + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa fasolowa z kielbasą + 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) 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 (<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>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Rukola 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>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Rukola 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>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Rukola 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>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Rukola 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>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)
	Wartość energetyczna: 2451.19 kcal; Białko ogółem: 107.01 g; Tłuszcz: 72.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 357.50 g; W tym cukry: 83.60 g; Błonnik pok.: 40.16 g; Sól: 13.65 g;	Wartość energetyczna: 2457.02 kcal; Białko ogółem: 103.97 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 364.30 g; W tym cukry: 86.24 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 12.35 g;	Wartość energetyczna: 2451.71 kcal; Białko ogółem: 114.68 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 347.03 g; W tym cukry: 56.39 g; Błonnik pok.: 49.35 g; Sól: 15.17 g;	Wartość energetyczna: 2537.84 kcal; Białko ogółem: 103.27 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; Węglowodany ogółem: 391.48 g; W tym cukry: 109.45 g; Błonnik pok.: 33.25 g; Sól: 11.54 g;	Wartość energetyczna: 2663.42 kcal; Białko ogółem: 111.60 g; Tłuszcz: 82.14 g; Kw. tł. nasy.: 38.50 g; Węglowodany ogółem: 385.51 g; W tym cukry: 100.02 g; Błonnik pok.: 41.52 g; Sól: 14.95 g;	Wartość energetyczna: 1820.79 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 254.15 g; W tym cukry: 34.31 g; Błonnik pok.: 38.80 g; Sól: 11.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-22 wtorek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka szwedzka + 100 g (GOR.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) 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 (SOJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka szwedzka + 100 g (GOR.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa grysikowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka szwedzka + 100 g (GOR.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna + 170 ml (SOJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałatka szwedzka + 100 g (GOR.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sałatka z pęczaku.cieciorki.ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, 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.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Papryka świeża 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.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ.) 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.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) 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 (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2538.43 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 95.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 333.74 g; W tym cukry: 83.79 g; Błonnik pok.: 41.24 g; Sól: 11.12 g;	Wartość energetyczna: 2496.45 kcal; Białko ogółem: 102.55 g; Tłuszcz: 89.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.97 g; Węglowodany ogółem: 330.36 g; W tym cukry: 76.73 g; Błonnik pok.: 32.59 g; Sól: 10.41 g;	Wartość energetyczna: 2483.75 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; Tłuszcz: 97.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.04 g; Węglowodany ogółem: 305.29 g; W tym cukry: 49.74 g; Błonnik pok.: 47.48 g; Sól: 10.74 g;	Wartość energetyczna: 2250.87 kcal; Białko ogółem: 89.73 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 323.51 g; W tym cukry: 69.65 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sól: 11.62 g;	Wartość energetyczna: 2826.43 kcal; Białko ogółem: 110.83 g; Tłuszcz: 105.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.78 g; Węglowodany ogółem: 371.45 g; W tym cukry: 92.38 g; Błonnik pok.: 48.98 g; Sól: 11.37 g;	Wartość energetyczna: 2106.35 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 86.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 261.48 g; W tym cukry: 47.14 g; Błonnik pok.: 41.11 g; Sól: 9.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-23 środa	Śniadanie	Owsianka z jabłkami 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z jabłkami 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miod (25g) 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z jabłkami 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt		
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i selera + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kalafior gotowany + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i selera + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kalafior gotowany + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i selera + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kalafior gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Seler gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Dynia na parze + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Kalafior gotowany + 100 g Surówka z marchwi i selera + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 200 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kalafior gotowany + 100 g Surówka z marchwi i selera + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Stupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (<u>MLE.</u>)		Stupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (<u>MLE.</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>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb 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>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PZ	Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2603.57 kcal; Białko ogółem: 79.03 g; Tłuszcz: 85.37 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 396.42 g; W tym cukry: 123.40 g; Błonnik pok.: 42.80 g; Sól: 10.95 g;	Wartość energetyczna: 2526.12 kcal; Białko ogółem: 74.93 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 32.95 g; Węglowodany ogółem: 390.54 g; W tym cukry: 124.97 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 10.46 g;	Wartość energetyczna: 2233.12 kcal; Białko ogółem: 94.93 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 303.25 g; W tym cukry: 57.38 g; Błonnik pok.: 47.52 g; Sól: 12.80 g;	Wartość energetyczna: 2588.97 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz: 80.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.11 g; Węglowodany ogółem: 406.05 g; W tym cukry: 115.86 g; Błonnik pok.: 30.12 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2670.64 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw. tł. nasy.: 35.78 g; Węglowodany ogółem: 405.65 g; W tym cukry: 129.79 g; Błonnik pok.: 45.05 g; Sól: 11.21 g;	Wartość energetyczna: 1976.99 kcal; Białko ogółem: 64.33 g; Tłuszcz: 72.72 g; Kw. tł. nasy.: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 282.77 g; W tym cukry: 69.38 g; Błonnik pok.: 36.43 g; Sól: 10.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-24 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>) Pasztet z fasoli + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 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>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 50 g (<u>SEL,</u>) Sałatka z pomidorów bez skórki i koperku + 80 g Mix салат 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>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 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>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 50 g (<u>SEL,</u>) Sałatka z pomidorów bez skórki i koperku + 80 g Mix салат 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>) Pasztet z fasoli + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 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>) Pasztet z fasoli + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 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>) 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 b/skórki 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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: 2058.08 kcal; Białko ogółem: 79.99 g; Tłuszcz: 55.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 323.77 g; W tym cukry: 68.84 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 12.42 g;	Wartość energetyczna: 2059.38 kcal; Białko ogółem: 84.13 g; Tłuszcz: 54.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 321.29 g; W tym cukry: 68.74 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 12.11 g;	Wartość energetyczna: 1951.13 kcal; Białko ogółem: 89.40 g; Tłuszcz: 56.79 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 284.25 g; W tym cukry: 45.30 g; Błonnik pok.: 45.08 g; Sól: 12.32 g;	Wartość energetyczna: 2069.38 kcal; Białko ogółem: 85.53 g; Tłuszcz: 54.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; Węglowodany ogółem: 321.99 g; W tym cukry: 69.34 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 11.79 g;	Wartość energetyczna: 2151.48 kcal; Białko ogółem: 86.22 g; Tłuszcz: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.07 g; Węglowodany ogółem: 337.75 g; W tym cukry: 75.98 g; Błonnik pok.: 36.20 g; Sól: 12.65 g;	Wartość energetyczna: 1687.16 kcal; Białko ogółem: 73.31 g; Tłuszcz: 48.08 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; Węglowodany ogółem: 255.34 g; W tym cukry: 39.38 g; Błonnik pok.: 39.70 g; Sól: 10.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-25 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 250 ml (<u>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>) Twarożek brzoskwiiniowy (dieta) + 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (<u>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>) Twarożek brzoskwiiniowy (dieta) + 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>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>) Twarożek + 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (<u>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>) Twarożek brzoskwiiniowy (dieta) + 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>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>) Twarożek + 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) 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 (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziolowej 100g + 100 g (<u>RYB,</u>) Sos chrzanowy + 80 g (<u>MLE, S02,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL,</u>) Fasolka szparagowa zielona + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (<u>RYB,</u>) Sos chrzanowy + 80 g (<u>MLE, S02,</u>) 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 (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziolowej 100g + 100 g (<u>RYB,</u>) Sos chrzanowy + 80 g (<u>MLE, S02,</u>) 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 (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziolowej 100g + 100 g (<u>RYB,</u>) Sos chrzanowy + 80 g (<u>MLE, S02,</u>) 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 (<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 jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) 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 (<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>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) 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 (<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 jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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>) Pasta z białek z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) 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 (<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 jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) 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 (<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 jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)					
		Wartość energetyczna: 2127.08 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 65.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 298.03 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 32.11 g; Sól: 10.80 g;	Wartość energetyczna: 2130.63 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 302.90 g; W tym cukry: 80.15 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 10.53 g;	Wartość energetyczna: 2081.03 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 281.51 g; W tym cukry: 68.40 g; Błonnik pok.: 37.99 g; Sól: 10.77 g;	Wartość energetyczna: 2118.20 kcal; Białko ogółem: 102.66 g; Tłuszcz: 49.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 327.51 g; W tym cukry: 102.45 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 10.50 g;	Wartość energetyczna: 2272.73 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 68.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; W tym cukry: 96.74 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 10.97 g;	Wartość energetyczna: 1714.81 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 225.62 g; W tym cukry: 42.94 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 8.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-26 sobota	Śniadanie	Płatki 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.) Galaretki drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenka kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki 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.) Galaretki drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenka kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki 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.) Galaretki drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki 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.) Galaretki drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko 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 pieczarkowa 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 pieczarkowa 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 pieczarkowa 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 pszenka długa krojona 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 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 pszenka 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.)
		Wartość energetyczna: 2247.60 kcal; Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 325.35 g; W tym cukry: 87.45 g; Błonnik pok.: 40.83 g; Sól: 12.94 g;	Wartość energetyczna: 2269.93 kcal; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 62.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 340.75 g; W tym cukry: 94.24 g; Błonnik pok.: 34.27 g; Sól: 12.01 g;	Wartość energetyczna: 2328.33 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 79.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 316.41 g; W tym cukry: 47.94 g; Błonnik pok.: 53.09 g; Sól: 15.39 g;	Wartość energetyczna: 2233.58 kcal; Białko ogółem: 100.65 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 338.25 g; W tym cukry: 90.61 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 11.88 g;	Wartość energetyczna: 2391.60 kcal; Białko ogółem: 103.98 g; Tłuszcz: 74.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 341.40 g; W tym cukry: 87.45 g; Błonnik pok.: 40.83 g; Sól: 15.21 g;	Wartość energetyczna: 1877.20 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz: 61.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.30 g; Węglowodany ogółem: 270.59 g; W tym cukry: 47.74 g; Błonnik pok.: 42.40 g; Sól: 11.65 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-04-27 niedziela	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Kalarepa + 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalarepa + 80 g Sałata 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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor b/skórki 70 g Sałata 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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</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>) Kiełbasa 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 Sałata 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalarepa + 80 g Sałata 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 Kanaпка z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanaпка z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Kalafior 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, S02,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kalafior gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Kalafior gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Dyna na parze + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Kalafior 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, S02,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 200 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Kalafior gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Salatka z brokuła, pomidora i jogurtem + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>)		Salatka z brokuła, pomidora i jogurtem + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) 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 (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Paszтет z cukinii i warzyw + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sałata 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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Paszтет z cukinii i warzyw + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sałata 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-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Paszтет z cukinii i warzyw + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2563.12 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 97.27 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 334.93 g; W tym cukry: 73.61 g; Błonnik pok.: 34.79 g; Sól: 13.42 g;	Wartość energetyczna: 2389.44 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 350.50 g; W tym cukry: 70.82 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 13.06 g;	Wartość energetyczna: 2146.73 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 286.33 g; W tym cukry: 48.09 g; Błonnik pok.: 45.69 g; Sól: 13.83 g;	Wartość energetyczna: 2342.13 kcal; Białko ogółem: 99.66 g; Tłuszcz: 69.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 341.22 g; W tym cukry: 64.55 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 12.77 g;	Wartość energetyczna: 2825.03 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 106.96 g; Kw. tł. nasy.: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 369.32 g; W tym cukry: 77.16 g; Błonnik pok.: 39.95 g; Sól: 15.43 g;	Wartość energetyczna: 1857.19 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 65.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 235.15 g; W tym cukry: 42.22 g; Błonnik pok.: 38.21 g; Sól: 11.34 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,