

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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
2025-04-28 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MŁE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MŁE.) Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MŁE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MŁE.) 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 (MŁE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MŁE.) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MŁE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MŁE.) Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MŁE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MŁE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MŁE.) Buraki gotowane słupki + 90 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MŁE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MŁE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 50 g (MŁE.) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MŁE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MŁE.) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 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	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MŁE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MŁE.) Prażone jabłka + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MŁE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos koperkowy dieta + 80 g (MŁE, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MŁE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MŁE.) Prażone jabłka + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (SOJ, MŁE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MŁE.) Prażone jabłka + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MŁE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MŁE.) Prażone jabłka + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 200 ml (SOJ, MŁE, SEL.) Makaron 150 g (GLU PSZ.) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos koperkowy dieta + 80 g (MŁE, SEL.) Cukinia gotowana + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MŁE.)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MŁE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MŁE.)	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MŁE.)
		Wartość energetyczna: 2352.54 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 76.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 328.45 g; W tym cukry: 89.21 g; Błonnik pok.: 32.14 g; Sól: 11.56 g;	Wartość energetyczna: 2400.26 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 347.68 g; W tym cukry: 95.64 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2423.97 kcal; Białko ogółem: 122.78 g; Tłuszcz: 89.30 g; Kw. tł. nasy.: 37.68 g; Węglowodany ogółem: 290.88 g; W tym cukry: 34.90 g; Błonnik pok.: 41.91 g; Sól: 13.56 g;	Wartość energetyczna: 2374.12 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 68.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 346.94 g; W tym cukry: 90.90 g; Błonnik pok.: 20.01 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2462.68 kcal; Białko ogółem: 104.07 g; Tłuszcz: 79.23 g; Kw. tł. nasy.: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 342.04 g; W tym cukry: 96.26 g; Błonnik pok.: 33.11 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2047.77 kcal; Białko ogółem: 105.01 g; Tłuszcz: 74.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 250.09 g; W tym cukry: 30.45 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sól: 9.01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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
2025-04-29 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 zielona 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, 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 zielona 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 zielona 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.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszena 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 zielona 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 zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Melon 150 g	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	Barszcz ukraiński z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 200 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	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 ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) 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 ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g Bułka 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 ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE.) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.)					
		Wartość energetyczna: 2398.45 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 78.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 327.83 g; W tym cukry: 89.99 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 12.47 g;	Wartość energetyczna: 2286.97 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 66.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 331.13 g; W tym cukry: 89.30 g; Błonnik pok.: 31.34 g; Sól: 12.42 g;	Wartość energetyczna: 2268.28 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 319.40 g; W tym cukry: 75.87 g; Błonnik pok.: 40.81 g; Sól: 12.32 g;	Wartość energetyczna: 2290.55 kcal; Białko ogółem: 98.33 g; Tłuszcz: 59.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 353.18 g; W tym cukry: 106.35 g; Błonnik pok.: 32.94 g; Sól: 11.49 g;	Wartość energetyczna: 2547.65 kcal; Białko ogółem: 113.24 g; Tłuszcz: 81.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 353.42 g; W tym cukry: 102.73 g; Błonnik pok.: 36.51 g; Sól: 12.66 g;	Wartość energetyczna: 1891.44 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 60.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 268.84 g; W tym cukry: 59.49 g; Błonnik pok.: 36.23 g; Sól: 9.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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
2025-04-30 środa	Śniadanie	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g (MLE , Twaróg półtłusty 30 g (MLE , Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ , Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE , Twaróg półtłusty 30 g (MLE , Papryka świeża 80 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ , Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml (SEL , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE , Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ , Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g (MLE , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE , Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE , Twaróg półtłusty 30 g (MLE , Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ , Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml (SEL , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE , Twaróg półtłusty 30 g (MLE , Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE , Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL , Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL , Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL , Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL , Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL , Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL , Szpinaak baby z dressingiem (dieta) + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL , Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL , Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL , Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL , Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL , Szpinaak gotowany z olejem + 100 g Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL , Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL , Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL , Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL , Ryż na sypko 150 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL , Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL , Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT , Kana		Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT , Kana	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Pasta z morskczuka + 100 g (RYB , Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Pasta z morskczuka + 100 g (RYB , Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Pasta z morskczuka + 100 g (RYB , Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Pasta z morskczuka + 100 g (RYB , Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Pasta z morskczuka + 100 g (RYB , Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , Pasta z morskczuka + 100 g (RYB , Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ , Wartość energetyczna: 2296.90 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 79.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 323.93 g; W tym cukry: 74.73 g; Błonnik pok.: 32.68 g; Sól: 10.49 g;	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW , Wartość energetyczna: 2335.63 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 75.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 333.78 g; W tym cukry: 76.91 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 9.89 g;	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wartość energetyczna: 2285.16 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 78.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 307.02 g; W tym cukry: 53.40 g; Błonnik pok.: 44.05 g; Sól: 13.01 g;	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW , Wartość energetyczna: 2276.33 kcal; Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 323.30 g; W tym cukry: 75.19 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 9.41 g;	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW , Wartość energetyczna: 2450.80 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 79.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 357.49 g; W tym cukry: 86.62 g; Błonnik pok.: 37.79 g; Sól: 11.21 g;	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wartość energetyczna: 1762.82 kcal; Białko ogółem: 80.91 g; Tłuszcz: 60.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 236.56 g; W tym cukry: 42.02 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 10.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-05-01 czwartek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) 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 (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczminne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) 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 (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczminne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) 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 (MLE.)	Banan 1szt. 1 szt		Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (MLE.)
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g Sałatka szwedzka + 100 g (GOR.) Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sałatka szwedzka + 100 g (GOR.) Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g Marchew mini gotowana + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g Sałatka szwedzka + 100 g (GOR.) Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 200 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sałatka szwedzka + 100 g (GOR.) Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 150 ml (MLE.) Orzechy włoskie łuskane 20 g (ORZ.)		Maślanka 150 ml (MLE.) Orzechy włoskie łuskane 20 g (ORZ.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (MLE.) Roszponka 10 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Pasta warzywna + 90 g (SEL.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Pasta warzywna + 90 g (SEL.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 90 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.) Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (MLE.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)					
		Wartość energetyczna: 2275.23 kcal; Białko ogółem: 97.22 g; Tłuszcz: 73.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 300.63 g; W tym cukry: 89.30 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 12.74 g;	Wartość energetyczna: 2278.78 kcal; Białko ogółem: 96.56 g; Tłuszcz: 65.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 338.99 g; W tym cukry: 108.19 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 12.29 g;	Wartość energetyczna: 2029.02 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 260.43 g; W tym cukry: 56.60 g; Błonnik pok.: 37.33 g; Sól: 11.81 g;	Wartość energetyczna: 2158.34 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g; W tym cukry: 109.60 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sól: 11.79 g;	Wartość energetyczna: 2585.58 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 86.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 339.80 g; W tym cukry: 119.23 g; Błonnik pok.: 35.78 g; Sól: 12.98 g;	Wartość energetyczna: 1757.64 kcal; Białko ogółem: 93.14 g; Tłuszcz: 56.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 235.64 g; W tym cukry: 42.34 g; Błonnik pok.: 33.88 g; Sól: 10.35 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-05-02 piątek	Śniadanie	Kasza manna 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>) Ser wędzony 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser wędzony 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>)	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU 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 wędzony 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (<u>MLE,</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (<u>MLE,</u>)	Jabłko 150 g	
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Śledź w śmietanie 150 g (<u>RYB, MLE, GOR, S02, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL,</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, S02,</u>) Mix sałat z sosem winegret b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z miruny + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL,</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z miruny + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL,</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, S02,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z miruny + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL,</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Śledź w śmietanie 150 g (<u>RYB, MLE, GOR, S02, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL,</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, S02,</u>) Mix sałat z sosem winegret b/c + 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 Pulpet z miruny + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL,</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, S02,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
	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>) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Pieczynwo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,</u>)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Pieczynwo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2150.92 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 327.77 g; W tym cukry: 73.26 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 10.73 g;	Wartość energetyczna: 2150.92 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 53.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 321.42 g; W tym cukry: 95.21 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 12.35 g;	Wartość energetyczna: 2096.31 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 280.55 g; W tym cukry: 56.06 g; Błonnik pok.: 40.57 g; Sól: 14.53 g;	Wartość energetyczna: 2037.02 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 46.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 320.35 g; W tym cukry: 88.13 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sól: 11.58 g;	Wartość energetyczna: 2308.00 kcal; Białko ogółem: 90.78 g; Tłuszcz: 65.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 344.96 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 11.16 g;	Wartość energetyczna: 1654.22 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 47.50 g; Kw. tł. nasy.: 17.73 g; Węglowodany ogółem: 233.21 g; W tym cukry: 39.39 g; Błonnik pok.: 35.01 g; Sól: 12.32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-05-03 sobota	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet z soczewicy + 50 g (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki + 90 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (<u>SEL,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</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>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet z soczewicy + 50 g (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki + 90 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (<u>SEL,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet z soczewicy + 50 g (<u>JAJ,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki + 90 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (<u>SEL,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki + 90 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	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 dyni + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Podudzie z kurczaka pieczone paprykowe + 240 g Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 200 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Podudzie z kurczaka pieczone paprykowe + 240 g Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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>) Leczo z indykiem 250 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<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 kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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>) Leczo z indykiem 250 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,</u>)					
		Wartość energetyczna: 2492.12 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 77.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 374.81 g; W tym cukry: 86.24 g; Błonnik pok.: 39.02 g; Sól: 11.56 g;	Wartość energetyczna: 2317.35 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 352.61 g; W tym cukry: 80.98 g; Błonnik pok.: 30.61 g; Sól: 12.52 g;	Wartość energetyczna: 2494.27 kcal; Białko ogółem: 117.29 g; Tłuszcz: 88.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 315.68 g; W tym cukry: 66.99 g; Błonnik pok.: 39.68 g; Sól: 12.05 g;	Wartość energetyczna: 2411.44 kcal; Białko ogółem: 85.92 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 385.33 g; W tym cukry: 109.12 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 12.15 g;	Wartość energetyczna: 2641.32 kcal; Białko ogółem: 90.11 g; Tłuszcz: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 400.40 g; W tym cukry: 98.98 g; Błonnik pok.: 39.04 g; Sól: 11.75 g;	Wartość energetyczna: 2135.54 kcal; Białko ogółem: 105.08 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 250.96 g; W tym cukry: 50.48 g; Błonnik pok.: 34.70 g; Sól: 10.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Salatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Salatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus + 50 g (SOJ.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mix салат 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Salatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Salatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (SOJ, MLE, SEL. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
I i ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki pieczone z ziołami + 200 g Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Cukinia gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 200 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Salatka z pomidorów bez skórki i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka z pomidorów bez skórki i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PZ	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2652.91 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 89.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 378.09 g; W tym cukry: 100.29 g; Błonnik pok.: 52.02 g; Sól: 11.90 g;	Wartość energetyczna: 2614.48 kcal; Białko ogółem: 100.77 g; Tłuszcz: 81.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 380.85 g; W tym cukry: 96.62 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 12.84 g;	Wartość energetyczna: 2329.85 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 318.46 g; W tym cukry: 53.11 g; Błonnik pok.: 47.93 g; Sól: 12.10 g;	Wartość energetyczna: 2413.16 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 71.33 g; Kw. tł. nasy.: 30.84 g; Węglowodany ogółem: 357.57 g; W tym cukry: 77.84 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 12.94 g;	Wartość energetyczna: 2814.19 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 90.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 396.62 g; W tym cukry: 100.35 g; Błonnik pok.: 55.26 g; Sól: 12.43 g;	Wartość energetyczna: 1926.31 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 274.93 g; W tym cukry: 43.75 g; Błonnik pok.: 41.16 g; Sól: 13.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-05-05 poniedziałek	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>) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (<u>JAJ,</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	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>) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (<u>JAJ,</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	Kasza pęczak na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnjo-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>) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (<u>JAJ,</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>)	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>) Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, 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	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnjo-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>) Pasta jajeczno-brokulowa + 100 g (<u>JAJ,</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	Kasza pęczak na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnjo-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>) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (<u>JAJ,</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 kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Sos jarzynowo-drobiowy + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Sos jarzynowo-drobiowy + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Dynia pieczona + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 200 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnjo-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Frankfurterki 80 g (<u>SOJ,</u>) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g 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>) Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnjo-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 ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g 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>) Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE,</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 żytnjo-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Frankfurterki 80 g (<u>SOJ,</u>) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnjo-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 ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2346.58 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 84.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 331.49 g; W tym cukry: 85.73 g; Błonnik pok.: 33.32 g; Sól: 13.16 g;	Wartość energetyczna: 2237.12 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 70.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 326.64 g; W tym cukry: 84.65 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 10.93 g;	Wartość energetyczna: 2317.01 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 71.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 349.50 g; W tym cukry: 56.46 g; Błonnik pok.: 51.13 g; Sól: 13.13 g;	Wartość energetyczna: 2332.59 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 370.65 g; W tym cukry: 111.95 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sól: 10.36 g;	Wartość energetyczna: 2537.09 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 91.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 350.84 g; W tym cukry: 99.18 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sól: 14.17 g;	Wartość energetyczna: 1760.88 kcal; Białko ogółem: 64.52 g; Tłuszcz: 58.51 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 257.62 g; W tym cukry: 33.76 g; Błonnik pok.: 42.60 g; Sól: 10.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
I i 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 krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Kulpet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Kulpet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 200 ml (SOJ, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sałatka z pęczaku,ciociorki,ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ.)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет wieprzowy z żurawiną + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Sałatka zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет wieprzowy z żurawiną + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
P.N	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2600.67 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 96.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 339.93 g; W tym cukry: 93.19 g; Błonnik pok.: 42.46 g; Sól: 12.41 g;	Wartość energetyczna: 2401.31 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 339.42 g; W tym cukry: 91.43 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 11.15 g;	Wartość energetyczna: 2352.28 kcal; Białko ogółem: 117.12 g; Tłuszcz: 81.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 304.48 g; W tym cukry: 53.62 g; Błonnik pok.: 47.56 g; Sól: 10.90 g;	Wartość energetyczna: 2316.75 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 337.64 g; W tym cukry: 86.74 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 11.37 g;	Wartość energetyczna: 2888.67 kcal; Białko ogółem: 119.01 g; Tłuszcz: 105.72 g; Kw. tł. nasy.: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 377.61 g; W tym cukry: 101.78 g; Błonnik pok.: 50.20 g; Sól: 12.66 g;	Wartość energetyczna: 1980.36 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 259.71 g; W tym cukry: 47.75 g; Błonnik pok.: 39.22 g; Sól: 9.49 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-05-07 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 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 20 g	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>) Miód (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 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	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	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos dyniowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos dyniowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos dyniowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z zacierką + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos dyniowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Cukinia gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos dyniowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Cukinia gotowana + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 200 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Ślupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-ziolowy + 30 g (<u>MLE.</u>)	Ślupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-ziolowy + 30 g (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Rukola 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rukola 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rukola 10 g Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rukola 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rukola 10 g Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2380.41 kcal; Białko ogółem: 95.92 g; Tłuszcz: 67.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 362.42 g; W tym cukry: 122.37 g; Błonnik pok.: 38.04 g; Sól: 10.34 g;	Wartość energetyczna: 2380.86 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 56.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 374.88 g; W tym cukry: 127.36 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2155.31 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 289.80 g; W tym cukry: 60.58 g; Błonnik pok.: 39.98 g; Sól: 12.58 g;	Wartość energetyczna: 2408.94 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 51.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 385.95 g; W tym cukry: 109.59 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2441.77 kcal; Białko ogółem: 98.70 g; Tłuszcz: 69.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 371.75 g; W tym cukry: 128.83 g; Błonnik pok.: 40.29 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 1770.56 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 46.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 262.28 g; W tym cukry: 69.53 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 8.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-05-08 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ,) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,) Pasta z kurczaka + 50 g Sałatka z pomidorów bez skórki i koperku + 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JECZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ,) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,) Pasta z kurczaka + 50 g Sałatka z pomidorów bez skórki i koperku + 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ,) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JECZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ,) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g		Jabłko 150 g Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 150 g Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	Jabłko 150 g
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z rzepy, ogórka kiszonego i rukoli + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z rzepy, ogórka kiszonego i rukoli + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL,) Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Dynia na parze + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 200 ml (SOJ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Dynia na parze + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (MLE, GLU OW,)		Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (MLE, GLU OW,)	
	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,) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 1890.28 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 50.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; Węglowodany ogółem: 287.92 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 32.19 g; Sól: 13.09 g;	Wartość energetyczna: 1987.71 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 54.66 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 292.13 g; W tym cukry: 62.67 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 12.11 g;	Wartość energetyczna: 2013.69 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 59.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 289.67 g; W tym cukry: 41.26 g; Błonnik pok.: 44.04 g; Sól: 13.95 g;	Wartość energetyczna: 2046.36 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 299.06 g; W tym cukry: 64.82 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sól: 11.80 g;	Wartość energetyczna: 2265.34 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 65.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 334.50 g; W tym cukry: 69.93 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 14.19 g;	Wartość energetyczna: 1572.78 kcal; Białko ogółem: 78.88 g; Tłuszcz: 45.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.20 g; Węglowodany ogółem: 227.71 g; W tym cukry: 33.71 g; Błonnik pok.: 37.52 g; Sól: 10.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-05-09 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek brzoskwinowy (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	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek brzoskwinowy (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 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	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>) 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>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka 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	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek brzoskwinowy (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	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>) Twarożek brzoskwinowy (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 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 ryżowa + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk smażony 120g + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/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>) Cukinia gotowana + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	zupa ryżowa (ryż brązowy) + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (<u>RYB,</u>) Sos chrzanowy + 80 g (<u>MLE, SO2,</u>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia gotowana + 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>) Cukinia gotowana + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL,</u>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa + 200 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Morszczuk na parze 100g + 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL,</u>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	
	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
2025-05-10 sobota	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)					
		Wartość energetyczna: 2251.46 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 318.49 g; W tym cukry: 84.01 g; Błonnik pok.: 32.02 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2164.39 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 304.04 g; W tym cukry: 81.90 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 10.13 g;	Wartość energetyczna: 2060.21 kcal; Białko ogółem: 111.25 g; Tłuszcz: 61.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 280.84 g; W tym cukry: 71.73 g; Błonnik pok.: 37.58 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2103.68 kcal; Białko ogółem: 107.83 g; Tłuszcz: 44.27 g; Kw. tł. nasy.: 21.63 g; Węglowodany ogółem: 329.66 g; W tym cukry: 105.04 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sól: 9.56 g;	Wartość energetyczna: 2285.64 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 64.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 324.99 g; W tym cukry: 100.47 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 1709.66 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 52.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 225.36 g; W tym cukry: 47.14 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sól: 7.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-05-10 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.) Galaretką drobiową z udźcą 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 pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiową z udźcą 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.) Galaretką drobiową z udźcą 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 pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiową z udźcą 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.) Galaretką drobiową z udźcą 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.) Galaretką drobiową z udźcą z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa selerowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos + 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos + 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa + 170 ml (SOJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z 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 pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2239.01 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz: 80.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 304.51 g; W tym cukry: 82.38 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sól: 13.96 g;	Wartość energetyczna: 2236.95 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 64.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 325.57 g; W tym cukry: 85.74 g; Błonnik pok.: 36.17 g; Sól: 12.91 g;	Wartość energetyczna: 2337.69 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 79.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 320.06 g; W tym cukry: 51.05 g; Błonnik pok.: 51.24 g; Sól: 16.41 g;	Wartość energetyczna: 2246.22 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; Tłuszcz: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 326.10 g; W tym cukry: 86.22 g; Błonnik pok.: 35.38 g; Sól: 12.57 g;	Wartość energetyczna: 2383.01 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 85.87 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 320.56 g; W tym cukry: 82.38 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sól: 16.23 g;	Wartość energetyczna: 1772.77 kcal; Białko ogółem: 78.17 g; Tłuszcz: 56.79 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 254.33 g; W tym cukry: 54.02 g; Błonnik pok.: 42.73 g; Sól: 11.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-05-11 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MŁE, GLU JĘCZ.</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>MŁE.</u>) Sałatka a'la caprese + 150 g (<u>MŁE.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MŁE.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MŁE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MŁE, GLU JĘCZ.</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>MŁE.</u>) Sałatka a'la caprese dieta + 150 g (<u>MŁE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MŁE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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>MŁE.</u>) Sałatka a'la caprese + 150 g (<u>MŁE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MŁE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MŁE, GLU JĘCZ.</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>MŁE.</u>) Sałatka a'la caprese dieta + 150 g (<u>MŁE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MŁE, GLU JĘCZ.</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>MŁE.</u>) Sałatka a'la caprese + 150 g (<u>MŁE.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MŁE.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MŁE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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>MŁE.</u>) Sałatka a'la caprese + 100 g (<u>MŁE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MŁE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Kanaпка z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MŁE.</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, MŁE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Kluski śląskie + 200 g (<u>JAJ.</u>) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MŁE.</u>) Surówka Colesław + 100 g (<u>JAJ, MŁE, GOR, SO2.</u>) Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MŁE, SO2.</u>)	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Kluski śląskie + 200 g (<u>JAJ.</u>) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MŁE.</u>) Surówka Colesław + 100 g (<u>JAJ, MŁE, GOR, SO2.</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MŁE, SO2.</u>)	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Kluski śląskie + 200 g (<u>JAJ.</u>) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MŁE.</u>) Surówka Colesław + 100 g (<u>JAJ, MŁE, GOR, SO2.</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Kluski śląskie + 200 g (<u>JAJ.</u>) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MŁE.</u>) Cukinia gotowana + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MŁE, SO2.</u>)	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Kluski śląskie + 200 g (<u>JAJ.</u>) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MŁE.</u>) Surówka Colesław + 100 g (<u>JAJ, MŁE, GOR, SO2.</u>) Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MŁE, SO2.</u>)	Zupa krem z zielonych warzyw + 200 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Kluski śląskie + 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MŁE.</u>) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Surówka Colesław + 100 g (<u>JAJ, MŁE, GOR, SO2.</u>) Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sałatka z kalafiora, oliwy i koperku + 100 g		Sałatka z kalafiora, oliwy i koperku + 100 g	
	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>MŁE.</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Kalarepa + 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>MŁE.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, 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>MŁE.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.</u>) Kalarepa + 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MŁE.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, 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>MŁE.</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Kalarepa + 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>MŁE.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MŁE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2950.17 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 123.06 g; Kw. tł. nasy.: 43.94 g; Węglowodany ogółem: 365.15 g; W tym cukry: 82.66 g; Błonnik pok.: 37.59 g; Sól: 14.93 g;	Wartość energetyczna: 2787.75 kcal; Białko ogółem: 115.18 g; Tłuszcz: 102.72 g; Kw. tł. nasy.: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 362.83 g; W tym cukry: 77.12 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 13.12 g;	Wartość energetyczna: 2617.46 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Tłuszcz: 107.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 314.06 g; W tym cukry: 51.09 g; Błonnik pok.: 47.47 g; Sól: 14.49 g;	Wartość energetyczna: 2696.85 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 99.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.17 g; Węglowodany ogółem: 352.32 g; W tym cukry: 69.77 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 12.95 g;	Wartość energetyczna: 3220.85 kcal; Białko ogółem: 122.72 g; Tłuszcz: 133.96 g; Kw. tł. nasy.: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 399.09 g; W tym cukry: 85.23 g; Błonnik pok.: 43.40 g; Sól: 17.14 g;	Wartość energetyczna: 2081.34 kcal; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 88.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 241.25 g; W tym cukry: 49.54 g; Błonnik pok.: 36.25 g; Sól: 10.17 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,