

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna		
2025-03-03 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Buraki gotowane słupki + 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
		II SN	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 (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 180 g Cukinia gotowana + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 180 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 180 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 180 g Cukinia gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 180 g Cukinia gotowana + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 200 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 180 g 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 (<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-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy 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 żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2332.63 kcal; Białko ogółem: 86.61 g; Tłuszcz: 83.67 g; Kw. tł. nasy.: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 314.13 g; W tym cukry: 76.72 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 13.40 g.	Wartość energetyczna: 2380.35 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz: 79.93 g; Kw. tł. nasy.: 38.74 g; Węglowodany ogółem: 333.36 g; W tym cukry: 83.15 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 10.69 g.	Wartość energetyczna: 2347.01 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 90.18 g; Kw. tł. nasy.: 42.21 g; Węglowodany ogółem: 294.70 g; W tym cukry: 38.01 g; Błonnik pok.: 44.27 g; Sól: 13.69 g.	Wartość energetyczna: 2383.56 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 76.28 g; Kw. tł. nasy.: 38.49 g; Węglowodany ogółem: 340.62 g; W tym cukry: 81.08 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 11.05 g.	Wartość energetyczna: 2442.76 kcal; Białko ogółem: 94.92 g; Tłuszcz: 86.40 g; Kw. tł. nasy.: 43.03 g; Węglowodany ogółem: 327.72 g; W tym cukry: 83.77 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 11.22 g.	Wartość energetyczna: 1961.67 kcal; Białko ogółem: 81.26 g; Tłuszcz: 75.06 g; Kw. tł. nasy.: 36.75 g; Węglowodany ogółem: 250.25 g; W tym cukry: 34.82 g; Błonnik pok.: 36.19 g; Sól: 9.25 g.		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-03-04 wtorek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z fasoli z cebulką + 50 g Sałatka z makaronem pelnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z makaronem pelnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z makaronem pelnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z makaronem pelnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z makaronem pelnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z makaronem pelnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		IFSN	Melion 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Melion 150 g	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Melion 150 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydza, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydza, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Marchew talarki gotowane + 100 g Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydza, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Seler gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydza, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 200 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydza, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (<u>MLE</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kielki brokuła 5 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 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, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 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>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kielki brokuła 5 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kielki brokuła 5 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 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 fasoli z cebulką + 80 g Kielki brokuła 5 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.</u>)					
		Wartość energetyczna: 2545.64 kcal; Białko ogółem: 108.61 g; Tłuszcz: 82.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 353.01 g; W tym cukry: 89.86 g; Błonnik pok.: 40.12 g; Sól: 12.39 g;	Wartość energetyczna: 2393.87 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 67.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 353.82 g; W tym cukry: 88.85 g; Błonnik pok.: 32.74 g; Sól: 12.75 g;	Wartość energetyczna: 2423.65 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 78.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; Węglowodany ogółem: 332.24 g; W tym cukry: 73.66 g; Błonnik pok.: 41.49 g; Sól: 12.22 g;	Wartość energetyczna: 2274.62 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 58.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 352.51 g; W tym cukry: 108.08 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 11.12 g;	Wartość energetyczna: 2625.72 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 82.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 366.54 g; W tym cukry: 100.71 g; Błonnik pok.: 37.16 g; Sól: 12.85 g;	Wartość energetyczna: 2142.84 kcal; Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; Węglowodany ogółem: 302.75 g; W tym cukry: 60.74 g; Błonnik pok.: 42.94 g; Sól: 9.61 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2025-03-05 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) Ser żółty 30 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 50 g (RYB) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) 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) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 50 g (RYB) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) 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) Ser żółty 30 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 50 g (RYB) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Płatki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 50 g (RYB) Pomidor 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) Ser żółty 30 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 50 g (RYB) Mix салат 20 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) 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) Ser żółty 30 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 50 g (RYB) Mix салат 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Mandarynka 1 szt		Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Mus z prażonych jabłek i dyni + 100 g (SEL) Surówka z selera i brzoskwiń b/c + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Surówka z selera i brzoskwiń b/c + 100 g (SEL) Mus z prażonych jabłek i dyni + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 80 g (SOJ) Surówka z selera i brzoskwiń b/c + 100 g (SEL) Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Mus z prażonych jabłek i dyni + 100 g Surówka z selera i brzoskwiń b/c + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Surówka z selera i brzoskwiń b/c + 100 g (SEL) Mus z prażonych jabłek i dyni + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Makaron 150 g (GLU PSZ) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE) Mus z prażonych jabłek i dyni + 100 g Surówka z selera i brzoskwiń b/c + 100 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD	Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT)		Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT)	Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT)	Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 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	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata 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 białek z natką pietruszki + 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata 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 jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2370.24 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 84.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 333.15 g; W tym cukry: 88.58 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 9.25 g;	Wartość energetyczna: 2307.88 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 69.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 347.52 g; W tym cukry: 97.76 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2503.24 kcal; Białko ogółem: 116.55 g; Tłuszcz: 95.87 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 303.22 g; W tym cukry: 50.45 g; Błonnik pok.: 41.81 g; Sól: 13.34 g;	Wartość energetyczna: 2204.18 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 345.71 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2524.14 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 84.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 366.71 g; W tym cukry: 100.47 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sól: 9.97 g;	Wartość energetyczna: 1831.56 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 246.07 g; W tym cukry: 55.82 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 9.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków zołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-03-06 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Pasztet wieprzowy z warzywami + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Marchew mini gotowana + 100 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Wino 100 g	Banan 1szt. 1 szt	Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (<u>MLE</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (<u>MLE</u>)
2025-03-06 czwartek	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g Sałatka szwedzka + 100 g (<u>GOR</u>) Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sałatka szwedzka + 100 g (<u>GOR</u>) Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) 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 (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g Sałatka szwedzka + 100 g (<u>GOR</u>) Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 200 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sałatka szwedzka + 100 g (<u>GOR</u>) Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
		PD		Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Orzechy włoskie luskane 20 g (<u>ORZ</u>)		Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Orzechy włoskie luskane 20 g (<u>ORZ</u>)	
2025-03-06 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe z ciełeczną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Pasta warzywna + 90 g (<u>SEL.</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Pasta warzywna + 90 g (<u>SEL.</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe z ciełeczną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 60 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)				
	Wartość energetyczna: 2350.13 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Tłuszcz: 79.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 300.80 g; W tym cukry: 89.28 g; Błonnik pok.: 32.77 g; Sól: 12.51 g;	Wartość energetyczna: 2294.27 kcal; Białko ogółem: 101.47 g; Tłuszcz: 67.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 333.52 g; W tym cukry: 105.79 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 2095.80 kcal; Białko ogółem: 108.38 g; Tłuszcz: 77.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.04 g; Węglowodany ogółem: 260.61 g; W tym cukry: 56.58 g; Błonnik pok.: 37.44 g; Sól: 11.56 g;	Wartość energetyczna: 2118.84 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 332.00 g; W tym cukry: 105.83 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2660.48 kcal; Białko ogółem: 113.19 g; Tłuszcz: 92.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 339.97 g; W tym cukry: 119.21 g; Błonnik pok.: 35.89 g; Sól: 12.74 g;	Wartość energetyczna: 1824.42 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 62.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 235.82 g; W tym cukry: 42.32 g; Błonnik pok.: 34.00 g; Sól: 10.10 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków zołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-03-07 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-pszenno-żytni 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	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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-pszenno-żytni 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 wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 Skórki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (<u>MLE</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 150 g Skórki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (<u>MLE</u>)	Jabłko 150 g
2025-03-07 piątek	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sledź w śmietanie 150 g (<u>RYB, MLE, GOR, SO2, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, SO2</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z dorsza 50g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, SO2</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z dorsza 50g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sledź w śmietanie 150 g (<u>RYB, MLE, GOR, SO2, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, SO2</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 200 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet z dorsza 50g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku + 100 g (<u>SEL</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, SO2</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
2025-03-07 piątek	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 100 g (<u>MLE</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-pszenno-żytni 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 z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 100 g (<u>MLE</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-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 100 g (<u>MLE</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-pszenno-żytni 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 z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 100 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ</u>)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ</u>)
		Wartość energetyczna: 2130.91 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz: 55.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 334.70 g; W tym cukry: 78.71 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sól: 11.78 g;	Wartość energetyczna: 2147.94 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 323.34 g; W tym cukry: 96.53 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 12.11 g;	Wartość energetyczna: 2077.82 kcal; Białko ogółem: 101.10 g; Tłuszcz: 65.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 281.22 g; W tym cukry: 57.02 g; Błonnik pok.: 39.66 g; Sól: 14.55 g;	Wartość energetyczna: 2034.04 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 45.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.27 g; Węglowodany ogółem: 322.27 g; W tym cukry: 89.45 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 11.34 g;	Wartość energetyczna: 2287.98 kcal; Białko ogółem: 88.10 g; Tłuszcz: 62.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 351.88 g; W tym cukry: 85.10 g; Błonnik pok.: 36.62 g; Sól: 12.21 g;	Wartość energetyczna: 1639.19 kcal; Białko ogółem: 82.06 g; Tłuszcz: 47.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 233.35 g; W tym cukry: 40.59 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sól: 12.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-03-08 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 250 ml (MLE) 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) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki + 90 g (MLE) Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki + 90 g (MLE) Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 250 ml (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) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki + 90 g (MLE) Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki + 90 g (MLE) Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Podudzie z kurczaka pieczone paprykowe + 240 g Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Marchew gotowana + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 200 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Podudzie z kurczaka pieczone paprykowe + 240 g Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Parówki drobiowe z cieleciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (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 60 g Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Parówki drobiowe z cieleciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ)				
	Wartość energetyczna: 2480.40 kcal; Białko ogółem: 84.72 g; Tłuszcz: 77.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 350.91 g; W tym cukry: 83.00 g; Błonnik pok.: 35.96 g; Sól: 13.55 g;	Wartość energetyczna: 2253.24 kcal; Białko ogółem: 81.47 g; Tłuszcz: 63.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.77 g; Węglowodany ogółem: 350.50 g; W tym cukry: 80.94 g; Błonnik pok.: 31.11 g; Sól: 12.54 g;	Wartość energetyczna: 2409.26 kcal; Białko ogółem: 112.64 g; Tłuszcz: 88.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 298.86 g; W tym cukry: 66.43 g; Błonnik pok.: 37.59 g; Sól: 12.23 g;	Wartość energetyczna: 2347.33 kcal; Białko ogółem: 84.18 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 383.22 g; W tym cukry: 109.08 g; Błonnik pok.: 32.26 g; Sól: 12.17 g;	Wartość energetyczna: 2629.60 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 80.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 376.50 g; W tym cukry: 95.74 g; Błonnik pok.: 35.98 g; Sól: 13.74 g;	Wartość energetyczna: 2134.29 kcal; Białko ogółem: 103.91 g; Tłuszcz: 82.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 252.26 g; W tym cukry: 50.11 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sól: 10.72 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków zołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-03-09 niedziela	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkami białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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 (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkami białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
2025-03-09 niedziela	Obiad	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u>) Ziemniaki pieczone z ziołami + 200 g Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEĆZ.</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia gotowana + 100 g Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Kotlet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) 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 (<u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka nadziewany serem + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEĆZ.</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 200 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) 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	
2025-03-09 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko mięsz kokosowy + migdał 50 g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u>)	Kanapka z jajkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko mięsz kokosowy + migdał 50 g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2652.91 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 89.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 378.09 g; W tym cukry: 100.29 g; Błonnik pok.: 52.02 g; Sól: 11.90 g;	Wartość energetyczna: 2797.76 kcal; Białko ogółem: 104.90 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 426.22 g; W tym cukry: 96.75 g; Błonnik pok.: 34.39 g; Sól: 12.95 g;	Wartość energetyczna: 2417.49 kcal; Białko ogółem: 110.83 g; Tłuszcz: 79.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 330.23 g; W tym cukry: 52.74 g; Błonnik pok.: 54.33 g; Sól: 12.10 g;	Wartość energetyczna: 2596.44 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 402.94 g; W tym cukry: 77.97 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sól: 13.05 g;	Wartość energetyczna: 2814.19 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 90.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 396.62 g; W tym cukry: 100.35 g; Błonnik pok.: 55.26 g; Sól: 12.43 g;	Wartość energetyczna: 1926.31 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 274.93 g; W tym cukry: 43.75 g; Błonnik pok.: 41.16 g; Sól: 13.08 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-03-10 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, 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>) 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 JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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>) Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) 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	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 + 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 JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 Kanaпка z szynką i sałata (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	Mandarynka 1 szt
2025-03-10 poniedziałek	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 + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Rolađka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE</u>) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE</u>) Dymia pieczona + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Rolađka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE</u>) Dymia pieczona + 150 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 + 150 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 + 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
2025-03-10 poniedziałek	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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, GLU ŻYT</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 żytnio-pszenno-żytni 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 żytnio-pszenno-żytni 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 żytnio-pszenno-żytni 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	Kanaпка z szynką i sałata (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	Kanaпка z szynką i sałata (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Kanaпка z szynką i sałata (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2274.30 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 78.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 327.45 g; W tym cukry: 82.38 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sól: 12.86 g;	Wartość energetyczna: 2244.63 kcal; Białko ogółem: 86.54 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 321.93 g; W tym cukry: 80.37 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2246.83 kcal; Białko ogółem: 84.61 g; Tłuszcz: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 347.14 g; W tym cukry: 53.12 g; Błonnik pok.: 47.64 g; Sól: 12.83 g;	Wartość energetyczna: 2364.15 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 360.71 g; W tym cukry: 109.32 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 9.34 g;	Wartość energetyczna: 2464.81 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz: 85.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 346.80 g; W tym cukry: 95.83 g; Błonnik pok.: 32.88 g; Sól: 13.87 g;	Wartość energetyczna: 1690.70 kcal; Białko ogółem: 65.03 g; Tłuszcz: 52.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 255.26 g; W tym cukry: 30.41 g; Błonnik pok.: 39.11 g; Sól: 9.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków zołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
Śniadanie	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pasta z miunoy gotowanej z warzywami + 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb razowy żytnio-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>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pasta z miunoy gotowanej z warzywami + 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb razowy żytnio-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>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
2025-03-11 wtorek	Obiad	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (<u>SOJ, SEL</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Sałata z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (<u>SOJ, SEL</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wieprzowy + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałata 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 (<u>SOJ, SEL</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wieprzowy + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (<u>SOJ, SEL</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ</u>) Pulpet wieprzowy + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Sałata 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 (<u>SOJ, SEL</u>) Grzanki pszenne 10 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Sałata z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 200 ml (<u>SOJ, SEL</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet wieprzowy + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sałata z peęczaku,ciociorki,ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ</u>)		
Kolecja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet wieprzowy z żurawiną + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Kielki rzodkiewki 5 g Sałata z pomidora i rukoli 100 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>) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (<u>MLE</u>) Sałata 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 (<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 z natką pietruszki + 100 g (<u>MLE</u>) Kielki rzodkiewki 5 g Sałata z pomidora i rukoli 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet wieprzowy z żurawiną + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Kielki rzodkiewki 5 g Sałata 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 (<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 z natką pietruszki + 100 g (<u>MLE</u>) Kielki rzodkiewki 5 g Sałata z pomidora i rukoli 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2632.43 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 98.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 342.50 g; W tym cukry: 93.77 g; Błonnik pok.: 40.66 g; Sól: 12.44 g;	Wartość energetyczna: 2421.64 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 75.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 342.60 g; W tym cukry: 91.50 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sól: 11.88 g;	Wartość energetyczna: 2379.86 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 83.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; W tym cukry: 55.19 g; Błonnik pok.: 45.94 g; Sól: 11.56 g;	Wartość energetyczna: 2318.92 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 68.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 332.26 g; W tym cukry: 87.72 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 11.44 g;	Wartość energetyczna: 2920.43 kcal; Białko ogółem: 118.98 g; Tłuszcz: 108.21 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 380.21 g; W tym cukry: 102.36 g; Błonnik pok.: 48.40 g; Sól: 12.70 g;	Wartość energetyczna: 1971.68 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 261.42 g; W tym cukry: 49.59 g; Błonnik pok.: 39.40 g; Sól: 10.12 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków zołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Hummus paprykowy + 50 g (<u>SEZ</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna 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, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Hummus paprykowy + 50 g (<u>SEZ</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Hummus paprykowy + 50 g (<u>SEZ</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na 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, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Hummus paprykowy + 50 g (<u>SEZ</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g		Jabłko 150 g Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	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 (<u>GLU PSZ, MLE</u>)
2025-03-13 czwartek	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z rzepy, ogórka kiszzonego i rukoli + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Dyńna na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z rzepy, ogórka kiszzonego i rukoli + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Dyńna na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Selar z pietruszką gotowany z olejem + 100 g Dyńna na parze + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 200 ml (<u>SOJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Dyńna na parze + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (<u>MLE, GLU OW</u>)	Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (<u>MLE, GLU OW</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Piersz delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Salata 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: 1879.21 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; Tłuszcz: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 288.21 g; W tym cukry: 60.81 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sól: 13.07 g;	Wartość energetyczna: 1917.26 kcal; Białko ogółem: 89.00 g; Tłuszcz: 49.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 292.81 g; W tym cukry: 63.04 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 11.24 g;	Wartość energetyczna: 2009.99 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 58.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 290.29 g; W tym cukry: 41.23 g; Błonnik pok.: 43.36 g; Sól: 13.93 g;	Wartość energetyczna: 1975.91 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 52.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 299.75 g; W tym cukry: 65.19 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 10.93 g;	Wartość energetyczna: 2254.27 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 64.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 334.79 g; W tym cukry: 70.83 g; Błonnik pok.: 37.33 g; Sól: 14.17 g;	Wartość energetyczna: 1569.09 kcal; Białko ogółem: 78.20 g; Tłuszcz: 44.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.07 g; Węglowodany ogółem: 228.33 g; W tym cukry: 33.68 g; Błonnik pok.: 36.84 g; Sól: 10.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków zołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-03-14 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 rozdrobiony, 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 JECZ,</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, 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 rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidorki koktajlowe 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	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 rozdrobiony, 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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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 rozdrobiony, 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 rozdrobiony, 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 JECZ,</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 rozdrobiony, 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
		IFSN	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
2025-03-14 piątek	Obiad	Ryżowa* 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk smażony 100g + 100 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	Ryżowa* 350 ml (<u>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	Ryżowa* 350 ml (<u>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>) X Surówka z kapusty czerwonej b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>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>) Cukinia gotowana + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 350 ml (<u>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>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryżowa* 200 ml (<u>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	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml
2025-03-14 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z białek z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)				
		Wartość energetyczna: 2109.02 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 58.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 308.69 g; W tym cukry: 80.36 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2050.14 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; Tłuszcz: 54.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 298.40 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 20.95 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 1943.27 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 54.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 275.76 g; W tym cukry: 67.77 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2017.76 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 39.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 324.64 g; W tym cukry: 102.12 g; Błonnik pok.: 20.98 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2170.57 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 57.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 319.04 g; W tym cukry: 96.85 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 1618.14 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz: 47.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 221.78 g; W tym cukry: 44.93 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sól: 6.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków zołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna		
2025-03-15 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g 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 Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g 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 Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
		IFSN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	
		Obiad	Zupa krem z selera + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Kociołek z kurczaka meksykański + 180 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z selera + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka z kurczaka + 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z selera + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u>) Kasza gryczana 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z selera + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka z kurczaka + 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z selera + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Kociołek z kurczaka meksykański + 180 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z selera + 200 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u>) Kasza gryczana 150 g Potrawka z kurczaka + 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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 (<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 twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (<u>MLE, GOR, S02.</u>) 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 (<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 twarogu z natką pietruszki + 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (<u>MLE, GOR, S02.</u>) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (<u>MLE.</u>) 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 (<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 twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (<u>MLE, GOR, S02.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (<u>MLE, GOR, S02.</u>) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2266.41 kcal; Białko ogółem: 91.70 g; Tłuszcz: 70.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 330.56 g; W tym cukry: 91.73 g; Błonnik pok.: 41.88 g; Sól: 13.95 g;	Wartość energetyczna: 2258.04 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Tłuszcz: 66.91 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 328.30 g; W tym cukry: 85.68 g; Błonnik pok.: 36.81 g; Sól: 12.99 g;	Wartość energetyczna: 2402.01 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 83.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 324.27 g; W tym cukry: 50.63 g; Błonnik pok.: 50.81 g; Sól: 16.73 g;	Wartość energetyczna: 2267.31 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 328.83 g; W tym cukry: 86.17 g; Błonnik pok.: 36.02 g; Sól: 12.65 g;	Wartość energetyczna: 2410.41 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 346.61 g; W tym cukry: 91.73 g; Błonnik pok.: 41.88 g; Sól: 16.22 g;	Wartość energetyczna: 1822.74 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 60.11 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 256.56 g; W tym cukry: 52.85 g; Błonnik pok.: 41.87 g; Sól: 12.08 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-03 do dnia 2025-03-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków zołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna		
2025-03-16 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka a'la caprese + 150 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkami białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>) Sałatka a'la caprese dieta + 150 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 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	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 a'la caprese + 150 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>) Sałatka a'la caprese dieta + 150 g (<u>MLE.</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>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka a'la caprese + 150 g (<u>MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka a'la caprese + 150 g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkami białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 a'la caprese + 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	
		Obiad		Zupa 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>MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, 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>MLE.</u>) Buraki tarte na ciepło + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, 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>MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, 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>MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Kluski śląskie + 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona w plastrach + 100 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)
		PD		Sałatka z kalafiora, oliwy i koperku + 100 g		Sałatka z kalafiora, oliwy i koperku + 100 g		
		Kolecja		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		PN		Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2919.61 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 123.15 g; Kw. tł. nasy.: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 356.73 g; W tym cukry: 76.09 g; Błonnik pok.: 36.22 g; Sól: 15.37 g;	Wartość energetyczna: 2649.83 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 88.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 360.34 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 13.83 g;	Wartość energetyczna: 2448.99 kcal; Białko ogółem: 115.15 g; Tłuszcz: 93.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 303.15 g; W tym cukry: 43.88 g; Błonnik pok.: 45.43 g; Sól: 15.64 g;	Wartość energetyczna: 2558.93 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 349.83 g; W tym cukry: 69.13 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 13.66 g;	Wartość energetyczna: 3190.29 kcal; Białko ogółem: 120.43 g; Tłuszcz: 134.05 g; Kw. tł. nasy.: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 390.67 g; W tym cukry: 78.66 g; Błonnik pok.: 42.03 g; Sól: 17.58 g;	Wartość energetyczna: 1934.64 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 74.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 234.32 g; W tym cukry: 43.96 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 11.32 g;	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU 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,